

PRZEPISY NA POTRAWY BAROWE DLA SPÓŁDZIELCZYCH ZAKŁADÓW GASTRONOMICZNYCH



zakład wydawnictw •crs•

Biblioteka Spółdzielni Zaopatrzenia i Zbytu

PRZEPISY
NA POTRAWY BAROWE
DLA
SPÓŁDZIELCZYCH
ZAKŁADÓW
GASTRONOMICZNYCH

Zakład Wydawnictw CRS Warszawa 1966

Przepisy kulinarne na potrawy barowe oznaczone symbolem „CRS" zostały zatwierdzone przez komisje kulinarne przy WZGS „Samopomoc Chłopska" w Warszawie i Olsztynie działające na podstawie uprawnień nadanych im przez Zarząd WZGS zgodnie z zarządzeniem nr 1 Ministra Handlu Wewnętrznego z dnia 3 stycznia 1957 r.

Opracowanie
JADWIGA ŁUKASIAK I HALINA OSTROWSKA

Okładkę projektował
KRZYSZTOF LENK

Redaktor
STANISŁAWA PODGÓRSKA

Redaktor techniczny
TOMASZ PRUS

Korektor
ALEKSANDRA TOPOREK
JANINA BRZEZIŃSKA

ZAKŁAD WYDAWNICTW CRS — WARSZAWA 1966

Nakład 6000+200 egz. Ark. wyd. 7,5. Ark. druk. 6. Papier druk. sat. kl. V, 70 g, A1. Oddano do składania 31. VIII. 1966 r. Podpisano do druku 12. XI. 1966 r. Druk ukończono w listopadzie 1966 r. — Cena zł 14,—

Drukarnia ZW CRS w Inowrocławiu. Zam. nr 1302 4 66 — M-24

SPIS TREŚCI

WSTĘP

Książka przeznaczona jest dla zakładów, które posiadają zbyt małe zaplecze produkcyjne, aby produkować pełny asortyment potraw do sprzedaży i ograniczają się do produkcji wyłącznie potraw barowych, oraz dla zakładów, które zaopatrują bary w gotową produkcję. (Zakład-bar powinien zaopatrywać się w dania gorące i wyroby garmażeryjne w ilości zaplanowanej, wystarczającej na pokrycie sprzedaży w ciągu jednego dnia pracy).

Książka obejmuje przepisy barowe na pełnowartościowe potrawy jednodaniowe i zestawy obiadowe. Każdą grupę przepisów poprzedza wstępny tekst opisowy, w którym omówiony jest przebieg postępowania przy transporcie potraw, przechowywaniu półfabrykatów, wykończeniu potraw oraz stosowanych dodatkach i zestawie potraw. Poza tym podany jest również sposób postępowania z potrawami przy ich sporządzaniu, gwarantujący zachowanie większej wartości odżywczej niektórych potraw o składnikach odżywczych szczególnie wrażliwych na długotrwałe ciepło, wilgoć i światło. Dla uzupełnienia wartości odżywczych dań barowych stosowane są powszechnie potrawy z warzyw, szczególnie surówki i sałatki, toteż szeroki zakres przepisów na te dodatki podano również w tej książce.

Przepisy uwzględniają potrawy barowe z takich surowców, które nie ulegają szybkiemu zakwaszeniu w cieplocie bemarów. Zestaw surowców warzywnych, takich np. jak marchew, pietruszka, cebula, które wzmagają zakwaszenie potraw, został ustalony w proporcjach niezbędnych dla zachowania smaku w potrawach.

Do produkcji dań barowych mogą być wykorzystane surowce drugiego wyboru, tzn. mogą to być surowce z uszkodzeniami mechanicznymi, natomiast w żadnym przypadku nie mogą być one skażone, nawet w małym stopniu, procesem gnilnym. Wszystkie te produkty przy ocenie organoleptycznej muszą być świeże.

Potrawy do sprzedaży na gorąco lub wyroby garmażeryjne mogą być dostarczane do zakładu wykończone lub w postaci półfabrykatów. Wyroby garmażeryjne i półfabrykaty powinny być przetrzymywane w szafach chłodniczych i pobierane partiami do wykończenia.

Potrawy podawane na zimno, w celu zachowania świeżości, powinny być przetrzymywane w ladzie chłodniczej lub szafie chłodniczej. Dania

barowe sprzedawane na gorąco, dostarczone z „zakładu — matki” lub wyprodukowane w większych ilościach na miejscu, powinny być wychłodzone i przetrzymywane w zamkniętych termosach, aby nie mogło nastąpić bakteriologiczne ich zakażenie. W miarę potrzeby potrawy powinny być szybko podgrzewane i wydawane do bemarów. Bemary przez cały czas, kiedy napełnione są potrawą, powinny być zanurzone w gorącej wodzie, żeby potrawy były zawsze gorące, tzn. utrzymywały temperaturę około 70°. Potrawa o tej temperaturze ma ciepłotę niezbędną dla konsumpcji, a jednocześnie zachowane są w potrawie warunki sterylne. Zatem bemary są najbardziej wskazanym sprzętem do utrzymywania ciepłoty potraw sprzedawanych przez dłuższy okres.

Potrawy w bemarach zachowują właściwy smak, kolor i konsystencję. Przy dużym ruchu konsumentów, tzn. dość szybkim wydawaniu, wartość odżywcza tych potraw nie obniża się zbytnio. Dania barowe powinny być uzupełniane zieleniną (koperkiem, pietruszką, szczypiorkiem), w zależności od rodzaju potrawy, bezpośrednio przed wydaniem porcji.

Zakład, który prowadzi sprzedaż dań barowych, powinien odpowiednio do potrzeb konsumentów w rannej i wieczornej porze dnia zaopatrywać bufet w potrawy barowe jednodaniowe, a w porze obiadowej w zestawy obiadowe z dodatkami, szczególnie z warzyw — surówek i sałatek.

Normatywy surowcowe w przepisach opracowane są przeważnie na 10 porcji lub na 1 kg gotowego produktu. W niektórych przepisach wydajność obliczona jest na 12 lub więcej porcji, w zależności od założonej gramatury porcji.

Nowe przepisy są opracowane na podstawie przeprowadzonych badań technologicznych i oznaczone symbolem CRS-br (barowe).

Przepisy na dodatki z warzyw są przeważnie wybrane i adaptowane z V zeszytu pt. „Zasadnicze receptury gastronomiczne”. Zostały one opracowane na podstawie badań w Zakładzie Technologii Przemysłu Gastronomicznego Instytutu Handlu Wewnętrznego, a wydane przez Polskie Wydawnictwa Gospodarcze w 1956 r. W zakładach, w których dotychczas nie prowadzono sprzedaży dań gorących, należy przeanalizować możliwość ich wprowadzenia i zapewnić następujące warunki:

a) wygospodarować miejsce do zmywania naczyń,
b) ustawić grzejnik do podgrzewania potraw i wody,
c) zaopatrzyć się w termosy do przewożenia dań barowych z większych zakładów,
d) wyposażyć bufety w bemary,
e) zaopatrzyć zakłady w odpowiedni zestaw naczyń i drobnego sprzętu oraz zapewnić prawidłowe jego przechowywanie.

Powyższe założenia powinny być uzgodnione ze stacją sanitarno-epidemiologiczną.

Część I

POTRAWY BAROWE JEDNODANIOWE

Do tego rodzaju potraw należą zupy gęste i potrawy duszone zawiesiste.

Normatyw surowcowy na potrawy jednodaniowe przewiduje zestaw takich surowców, które wzajemnie uzupełniają się pod względem wartości odżywczych. W zależności od tego zestawienia, potrawy jednodaniowe mogą być bezmięsne lub półmięsne. Podstawowym składnikiem odżywczym potraw jednodaniowych jest białko, zawarte głównie w mięsie. Do produkcji potraw barowych przeznacza się mięso przerośnięte błonami, które nie nadaje się na potrawy mięsne porcjowane. W procesie duszenia następuje powolne rozmiękczenie tkanki łącznej, dające potrawie kleistą zawiesistość, bardzo pożądaną przy daniach barowych.

Obok mięsa w skład potraw jednodaniowych wchodzą przeważnie warzywa, głównie kapusta, fasola i groch oraz niewielkie ilości marchwi, pietruszki i cebuli. Dla zaostrzenia smaku do niektórych potraw przewiduje się dodatek pewnej ilości selerów. Dodatkiem uzupełniającym objętość potrawy są surowce o zawartości skrobi.

Jeżeli w potrawie występuje spulchniona masa bułki namoczonej, przewidziano do namoczenia wodę, nie mleko, ponieważ mleko, przy dłuższym działaniu ciepła, zakwasza potrawę.

W obróbce cieplnej potraw barowych, należy zwrócić uwagę na uwydatnienie smaku specyficznego dla danej potrawy. Surowce suche powinny być najpierw spulchnione przez namoczenie lub sparzenie, a potem dopiero poddane gotowaniu. Przy obróbce surowców mięsnych największe wartości smakowe można uzyskać przez szybkie osmażenie porcji mięsa na gorącym tłuszczu z częściowym dodatkiem przypraw, a następnie podduszenie w małej ilości wody. Smak można nasilić przez podgrzanie na tłuszczu przed sporządzeniem zasmażki, tzn. przed dodaniem mąki do tłuszczu, przypraw stosowanych do potrawy, jak: korzenie, papryka, koncentrat pomidorowy.

Aby zapobiec zakwaszeniu się potrawy ze śmietaną, należy ją z potrawą zagotować lub podgrzać do momentu zawrzenia. Z tych samych przyczyn nie należy dodawać do potrawy w bemarze zieleniny, tj. koperku i pietruszki. Przyprawy te dodaje się do porcji, bezpośrednio przed wydaniem uzupełniając w ten sposób składniki witaminowe.

Należy również pamiętać, że potrawy barowe nie mogą być przegotowane, ponieważ tkanki surowca ulegają dalszemu zmiękczeniu w termosie, podczas transportu.

Przy przesyłaniu potraw barowych należy przestrzegać przepisów dotyczących warunków sanitarnych, tzn. czystości termosów, ich wyparzania, przekładania potraw odpowiednio gorących, aby mogły zatrzymać wysoką temperaturę w termosach. Po napełnieniu termosy zamykać szczelnie. Pomiędzy korkiem a potrawą powinna powstać w termosie wolna przestrzeń o objętości około 1 litra dla zabezpieczenia termosu przed rozsadzeniem parą.

Jeżeli potrawa przeznaczona jest do szybkiej sprzedaży, należy włożyć ją do bemara i nie przekładać już do innych naczyń. Potrawy schłodzone należy w ciągu dnia przetrzymywać w szafie chłodniczej i w miarę potrzeby podgrzewać i przekładać do bemara. Oprócz bigosu, żadna inna potrawa nie może być przetrzymywana do następnego dnia.

Personel zatrudniony przy produkcji, transporcie i sprzedaży potraw barowych, musi być przeszkolony w zakresie przestrzegania warunków sanitarnych, aby nie spowodować zakażenia potraw i zatrucia pokarmowego.

Wielkość porcji obliczona jest w ten sposób, że porcja może stanowić wczesne śniadanie lub kolację. Porcje można dowolnie zwiększać lub zmniejszać, zależnie od potrzeb, przy czym w każdym przypadku uwidacznia się wagę porcji w jadłospisie i odpowiednio do wagi kalkuluje się cenę dania. Gramatura wkładki mięsnej bez kości waha się w granicach od 50 do 70 g. Waga wkładki mięsnej w potrawach jednodaniowych uzależniona jest od wartości odżywczej innych produktów wchodzących w skład potrawy, a także od jakości mięsa.

Dodatki do potraw jednodaniowych należy stosować z przepisów podanych w części II niniejszej książki.

1. POTRAWY BEZMIĘSNE

CRS-br-bm-1

Grzyby duszone

1,30 kg opieniek lub
1,25 kg maślaków lub
1,20 kg pieczarek polnych lub
1,00 kg borowików lub
1,00 kg gąsek lub
90 dkg podgrzybków
10 dkg cebuli
6 dkg tłuszczu mieszanego
3 dkg soli
2 dkg mąki
20 dkg śmietany
5 g pieprzu
5 dkg zielonej pietruszki lub koperku

Gotowa potrawa około	1 kg
Porcja dodatku do dań mącznych	100 g

Grzyby oczyścić, umyć parokrotnie zmieniając wodę, osączyć, pokrajać w grube paski.

Cebulę pokrojoną w drobną kostkę usmażyć na gorącym tłuszczu. Na tłuszcz włożyć pokrojone grzyby, zasmażyć szybko, odstawić na bok płyty grzejnej, osolić, dodać zmielony pieprz i dusić do miękkości na wolnym ogniu.

Mąkę rozmieszać dokładnie ze śmietaną, zalać nią miękkie grzyby, raz zagotować, wydać do bemara.

Podawać z kaszami i kluskami posypując wydawane porcje drobno pokrojoną zieleniną.

CRS-br-bm-2

Grzyby ze słodką kapustą

1,50 kg grzybów (podgrzybków)
2,50 kg kapusty cukrowej
15 dkg tłuszczu
10 dkg cebuli
15 dkg koncentratu pomidorowego 20-proc.
3 dkg soli
2 g pieprzu
0,25 g liści laurowych

Grzybów oczyszczonych	ok. 1,10 kg
uduszonych	ok. 90 dkg
Gotowa potrawa	ok. 3,10 kg
Porcja	300 g

Grzyby oczyścić, wymyć dokładnie z piasku, kilka razy wypłukać, osączyć, pokrajać w paski. Cebulę pokrajać w półkrążki, podsmażyć na części tłuszczu, włożyć do tłuszczu grzyby i udusić z dodatkiem pieprzu i soli.

Kapustę oczyścić, umyć, pokroić w paski, zalać niedużą ilością wody, dodać liście laurowe, udusić.

Do podgotowanej kapusty dodać uduszone grzyby i zasmażony na pozostałym tłuszczu koncentrat pomidorowy, dogotować, wydać do bemara.

Porcje wydawać z pieczywem lub prażynkami.

CRS-br-bm-3

Bigos z grzybami smażonymi

1,20 kg	grzybów świeżych, mieszanych	0,5 g	liści laurowych
15 dkg	tłuszczu	0,5 g	pieprzu
10 dkg	cebuli		
75 dkg	kapusty kwaszonej		
1,20 kg	kapusty cukrowej		
8 dkg	koncentratu pomidorowego 20-proc. lub		
75 dkg	pomidorów świeżych		
5 dkg	soli		

Grzybów oczyszczonych	ok.	90 dkg
usmażonych	ok.	60 dkg
Kapusty uduszonej	ok.	2,55 kg
Gotowa potrawa	ok.	3,10 kg
Porcja		300 g

Kapustę cukrową oczyścić, umyć, pokrajać w paski, podgotować. Kapustę kwaszoną poddusić w małej ilości wody z dodatkiem liści laurowych, dodać podgotowaną kapustę świeżą i razem dogotować. Do miękkiej kapusty dodać koncentrat lub przetarte pomidory, wymieszać.

Grzyby oczyścić, umyć, osączyć, pokrajać w paski. Cebulę usmażyć na rozgrzanym tłuszczu, dodać grzyby, sól i pieprz, usmażyć, połączyć z kapustą, zagotować. Wydać do bemara.

Porcje podawać z pieczywem.

CRS-br-bm-4

Bigos z grzybami suszonymi

1,60 kg	kapusty kwaszonej	2 dkg	soli
1,10 kg	kapusty cukrowej	2 g	pieprzu
15 dkg	grzybów	1 g	majeranku
30 dkg	boczku surowego		
10 dkg	cebuli		
3 dkg	mąki		
5 dkg	koncentratu pomidorowego 20-proc.		

Grzybów ugotowanych	ok.	36 dkg
Gotowa potrawa	ok.	3,10 kg
Porcja		300 g

Grzyby suszone wymyć dokładnie w ciepłej wodzie, zalać gorącą wodą, ugotować. Miękkie pokrajać w paski, włożyć na powrót do wywaru.

Kapustę cukrową pokrajać w paski, udusić w małej ilości wody. Oddzielnie ugotować kapustę kwaszoną.

Boczek pokroić w grube paski, zasmażyć, skwarki z częścią tłuszczu włożyć do kapusty. Na pozostałym tłuszczu usmażyć cebulę pokrojoną w krążki, dodać mąkę, zasmażyć, na koniec dodać do zasmażki koncentrat, pieprz i majeranek.

Połączyć wszystkie składniki: kapustę słodką i kwaszoną, grzybki wraz z wywarem i gorącą zasmażką. Wymieszać, razem poddusić, wydać do bemara.

Porcje wydawać z pieczywem.

CRS-br-bm-5

Gołąbki jarskie

2,50 kg kapusty cukrowej
35 dkg ryżu
5 dkg grzybów suszonych
15 dkg tłuszczu
8 dkg cebuli
3 jaja
6 dkg mąki
20 dkg śmietany
5 dkg soli
2 g pieprzu
10 dkg koperku

Grzybów ugotowanych	ok.	12 dkg
Ryżu ugotowanego	ok.	1,00 kg
Kapusty obgotowanej	ok.	2,20 kg
Nadzienia	ok.	1,20 kg
Półfabrykat	ok.	3,05 kg
Gotowa potrawa	ok.	3,55 kg
w tym sosu	ok.	1,00 kg
Porcja (2 sztuki)		350 g
w tym sosu		100 g

Grzyby umyć w ciepłej wodzie, zalać wodą gorącą, ugotować. Po ugotowaniu grzybki wyjąć z wywaru i pokrajać w drobną kostkę.

Ryż wypłukać w ciepłej wodzie, odsączyć na cedzaku. Zagotować w 0,9 l wody, dodać do niej 4 dkg tłuszczu i trochę soli. Na gotującą wodę wsypać ryż, zagotować do zgęstnienia i odstawić na ciepłą płytę do napęcznienia, by uzyskać ryż tzw. półsypki.

W dużym garnku zagotować dostateczną ilość osolonej wody. Główkę kapusty włożyć w całości do wody i obgotowywać zdejmując stopniowo liście, tak by ich nie porozrywać. Z liści ściąć zgrubiałe nerwy.

Cebulę pokroić drobno i usmażyć na 4 dkg tłuszczu.

Do ryżu dodać cebulę, zmielony pieprz, surowe jaja, posiekane grzybki i sól do smaku. Masę wymieszać dokładnie,

Formować gołąbki zawijając farsz w liście kapusty, dostosowując wielkość nadzienia do wagi porcji. Brzegi liści ciasno podwijać.

Głęboką rynienkę do mięsa wyłożyć pozostałymi liśćmi kapusty, ułożyć na nich gołąbki ciasno, podwinięciem liścia do spodu, podlać wywarem z grzybów i kapusty, przykryć pokrywą, udusić.

Na pozostałym tłuszczu przygotować z mąki białą zasmażkę, rozprowadzić ją chłodnym wywarem z kapusty, dodać śmietanę. Sosem tym polać uduszone gołąbki, przykryć i wstawić na 15 minut do gorącego piekarnika. Po połączeniu się sosu z gołąbkami wydać potrawę do bemara.

Przy wydawaniu porcje można posypywać zielonym koperkiem.

CRS-br-bm-6

Pyzy nadziewane grzybami

1,10 kg grzybów gąsek lub
1,00 kg grzybów kurek
10 dkg cebuli
15 dkg tłuszczu
5 dkg soli
2 g pieprzu
7 kg ziemniaków
10 dkg mąki pszennej

Grzybów oczyszczonych	ok.	90 dkg
Gotowego nadzienia	ok.	76 dkg
Ziemniaków obranych	ok.	4,20 kg
ugotowanych		1,40 kg
wyciśniętych		1,20 kg
Ciasta ziemniaczanego	ok.	2,80 kg
Uformowanych pyzów	ok.	3,40 kg
Gotowa potrawa		3,35 kg
w tym nadzienia	ok.	75 g
Porcja		330 g

Cebulę drobno pokroić, zasmażyć na 5 dkg tłuszczu.

Grzyby oczyścić, umyć, jeśli są to kurki to obgotować, osączyć, pokrajać w kostkę, dodać do nich połowę zasmażonej cebuli, usmażyć razem.

Ziemniaki obrać i opłukać. Trzecią część ziemniaków ugotować, przestudzić, rozetrzeć dokładnie na jednolitą masę. Pozostałe surowe ziemniaki utrzeć na drobnej tarce, wycisnąć. Miazgę połączyć z ugotowanymi ziemniakami, dodać krochmal osiadły na dnie naczynia z wody ziemniaczanej i sól. Ciasto dobrze wymieszać.

Formować pyzy. W kęsie ciasta robić wgłębienie, nadziewać grzybami, formować kule i otaczać w mące. Wielkość dostosowywać do wagi porcji, przyjmując na porcję 5 sztuk. Gotować w dużej ilości osolonej wody około 30 minut. Wydawać gorące do bemara.

10 dkg tłuszczu rozgrzać z pozostałą usmażoną cebulą, pokropić pyzy w bemarze. Resztę tłuszczu użyć do polewania porcji.

Porcje wydawać z surówkami.

* * *

Asortyment potraw bezmięsnych można urozmaicić potrawami z ryb. Przepisy na potrawy z ryb umieszczone są w książce wydanej przez Zakład Wydawnictw CRS w 1965 r. pt. „Przepisy kulinarne dla Zakładów gastronomicznych gminnych spółdzielni". Zastosować z niej można:

— klopsiki z ryby po żydowsku w jarzynach,
— karp po żydowsku w jarzynach,
— klopsik z ryb mieszanych.

Potrawy z ryb można podawać z kaszą, pieczywem i surówkami.

2. POTRAWY PÓŁMIĘSNE

ZUPY Z WKŁADKĄ MIĘSNĄ

CRS-br-zm-1

Zupa grochowa z boczkiem

90	dkg	grochu łuskanego
2,60	l	wywaru wg A-Z-7 str. 66
62	dkg	boczku wędzonego lub
52	dkg	kiełbasy zwyczajnej
5	dkg	słoniny
2	dkg	mąki
2	g	majeranku
0,25	g	liści laurowych

Gotowa potrawa		4,20 l
w tym mięsa	ok.	52 dkg
Porcja		400 ml
w tym mięsa		50 g

Boczek lub kiełbasę ugotować lub zaparzyć w wywarze. Następnie wyjąć i podzielić na 50-gramowe porcje.
Groch przebrać usuwając zanieczyszczenia i ziarna nadpsute, opłukać, zalać 2 litrami gorącej wody, ugotować, przetrzeć, połączyć z wywarem. Ze słoniny i mąki przygotować lekko rumianą zasmażkę, połączyć z grochówką, dodać przyprawy i wkładki mięsne, razem zagotować. Gorącą zupę wstawić do bemara.

Porcje wydawać z pieczywem.

CRS-br-zm-2

Zupa fasolowa z wieprzowiną

90	dkg	fasoli białej
2,80	l	wywaru wg A-Z-7 str. 66
85	dkg	wieprzowiny (łopatki z kością) lub
63	dkg	kiełbasy zwyczajnej
5	dkg	słoniny
4	dkg	mąki
2	dkg	zielonej pietruszki
2	g	majeranku
2	dkg	soli

Gotowa potrawa	ok.	4,20 l
w tym mięsa lub kiełbasy	ok.	62 dkg
Porcja		400 g
w tym mięsa bez kości lub kiełbasy		60 g

Zwroty poprodukcyjne

Kości z łopatki ok. 85 g

W wywarze ugotować mięso lub zaparzyć nim kiełbasę. Wyjąć, wyporcjować.

Białą drobną fasolę przebrać, wypłukać, osączyć i zalać 2 litrami gotującej się wody. Ugotować na wolnym ogniu. Miękką fasolę połączyć z wywarem, dodać lekko rumianą zasmażkę i wyporcjowane wkładki mięsne, zagotować. Majeranek zaparzyć w 0,1 l wody i wywar z majeranku dodać do zupy.,

Gorącą zupę wydać do bemara. Do porcji dodawać posiekaną pietruszkę, grzanki w kromkach lub pieczywo.

CRS-br-zm-3

Zupa z flaków wołowych

3,00	l	wywaru wg A-Z-7 str. 66
3,00	kg	flaków wołowych
5	dkg	cebuli
15	dkg	selera
0,25	g	majeranku
1	g	imbiru
0,5	g	papryki
0,5	g	pieprzu
3	dkg	sali,
5	dkg	masła
5	dkg	mąki

Ugotowanych flaków	1,35 kg
Gotowa potrawa	4,30 l
Porcja	400 ml

Flaki namoczyć, umyć, bardzo dokładnie oczyścić i wypłukać kilkakrotnie w ciepłej wodzie. Następnie obgotować je dwa lub trzy razy, za każdym razem odcedzając i zalewając świeżą, czystą wrzącą wodą. Po ostatnim zaparzeniu osączyć, zalać wrzącą wodą równo z powierzchnią flaków i nastawić do gotowania. Flaki powinny gotować się na wolnym ogniu około 4 godzin od zagotowania. W czasie gotowania flaki należy mieszać. Do podgotowanych flaków dodać obrumienioną w całości cebulę i oczyszczony seler oraz sól.

Półmiękkie flaki wyjąć, przestudzić, pokrajać w krótkie, cienkie paski, włożyć do wywaru z kości i dogotować.

Z masła i mąki sporządzić lekko rumianą zasmażkę, połączyć z gorącą zupą, zagotować. Do smaku dodać zmielone przyprawy, całość wymieszać i wstawić do bemara.

Przy wydawaniu porcji dodawać posiekaną pietruszkę. Zupę z flaków wydaje się z bułką lub pulpetami.

CRS-br-zm-4

Zupa z flaków cielęcych

1,50 kg	kości cielęcych	
15 dkg	selerów	
5 dkg	marchwi	
1,80 kg	flaczków cielęcych	
10 dkg	cebuli	
1 g	ziela angielskiego	
0,15 g	liści laurowych	
0,5 g	gałki muszkatułowej	
0,25 g	majeranku	
1 g	papryki	
0,5 g	pieprzu	
3 dkg	soli	
4 dkg	mąki	
5 dkg	masła	
5 dkg	margaryny	
2 dkg	zielonej pietruszki	

Wywaru	3,00 l
Ugotowanych flaczków	1,40 kg
Gotowa potrawa	4,30 l
Porcja	400 ml

Kości, seler i marchew włożyć do 4 l zimnej wody i ugotować wywar. Przy końcu gotowania dodać część przypraw.

Flaczki umyć, oczyścić, płukać wielokrotnie, aż woda po płukaniu będzie pozostawała czysta, bez mętnej zawiesiny. Obgotować je we wrzącej wodzie, odsączyć, zalać świeżą wodą, tak by flaczki były nią pokryte, ugotować . W czasie gotowania dodać cebulę obrumienioną w całości na ogniu, resztę przypraw i sól. Dalej wykonać wg przepisu CRS-br-zm-3 na str. 13.

CRS-br-zm-5

Zupa ogórkowa z nerką cielęcą

1,50 kg	kości cielęcych z nerką z tłuszczem
25 dkg	włoszczyzny wg A-Z-2 str. 66
50 dkg	ogórków kwaszonych
0,20 l	kwasu z ogórków
3 dkg	mąki
3 dkg	tłuszczu
1,70 kg	ziemniaków
0,30 l	śmietany
0,5 dkg	cukru
5 dkg	soli
1 g	pieprzu
2 dkg	koperku

Ziemniaków obranych	1,20 kg
Gotowa potrawa	4,20 l
Porcja	400 ml

Do 5 l zimnej wody włożyć umyte kości i nerkę wraz z tłuszczem. Gotować. Do podgotowanego wywaru dodać włoszczyznę, posolić, ugotować do miękkości. Wywar przecedzić. Mięso obrane z kości, nerkę i tłuszcz pokrajać w kostkę.

Ogórki obrać, poszatkować w plasterki, udusić w niewielkiej ilości tłustego wywaru.

Ziemniaki obrać i umyć, pokrajać w cząstki, zalać wywarem i ugotować. Do ugotowanych ziemniaków dolać resztę wywaru, dodać uduszone ogórki i mięso.

Przygotować białą zasmażkę, połączyć z gorącą zupą. Dodać kwas z ogórków i rozbitą śmietanę, cukier i pieprz. Razem zagotować. Gorącą zupę przelać do bemara.

Pokrojony drobno koperek dodawać do porcji.

CRS-br-zm-6

Pejzanka na żeberkach

1,15	kg	żeberek
20	dkg	włoszczyz. wg A-Z-1 str. 66
40	dkg	kapusty
5	dkg	tłuszczu
20	dkg	fasoli drobnej
80	dkg	ziemniaków
20	dkg	koncentratu pomidorowego 20-proc.
3	dkg	soli
0,5	dkg	czosnku
0,2	g	pieprzu
0,3	g	ziela angielskiego
2	dkg	zielonej pietruszki

Gotowa potrawa	4,30 l
w tym wkładka	
z kością	78 dkg
kości we wkładce	16 dkg
Porcja	420 ml
w tym wkładka	
z kością	76 g
kości we wkładce	16 g

Fasolę przebrać, opłukać, namoczyć w 1 litrze przegotowanej, zimnej wody na 12 godzin. Potem napęczniałą fasolę ugotować na sypko w tej samej wodzie, w której się moczyła.

Odważyć żeberka na 10 porcji. zalać 3 litrami zimnej wody, dodać włoszczyznę, posolić, ugotować. Wywar przecedzić. Mięso wyporcjować.

Kapustę oczyścić, umyć, pokrajać w kostkę, ugotować w niewielkiej ilości wody z dodatkiem tłuszczu i korzeni.

Ziemniaki obrać, umyć, zalać 1,5 litrem wody, posolić, dodać odcięte i związane nitką łodyżki od zielonej pietruszki, ugotować. Po ugotowaniu ziemniaki przetrzeć, połączyć z wywarem z mięsa, żeberkami, fasolą, przecierem pomidorowym i kapustą. Razem zagotować.

Czosnek pokroić drobno i rozetrzeć z resztą soli, dodać do zupy.

Drobno pokrojoną pietruszkę dodawać do porcji przed wydaniem. Do zupy podaje się chleb ciemny.

CRS-br-zm-7

Żur mięsny

52	dkg	kiełbasy zwyczajnej lub
90	dkg	podrobów cielęcych lub
1,00	kg	przodu z królika z kością
20	dkg	selerów
10	dkg	porów
10	dkg	marchwi
2	dkg	soli
2	g	ziela angielskiego
0,5	g	liści laurowych
0,6	l	żuru wg A-Z-12 str. 67

Gotowa potrawa	ok. 4,20 l
w tym mięsa	
bez kości	ok. 52 dkg
Porcja	400 ml
w tym mięsa	
bez kości	50 g

Mięso umyć, ugotować z przyprawami w 3 l wody, po zagotowaniu posolić. Mięso miękkie odjąć od kości i pokrajać w grubą kostkę. W przypadku kiełbasy zaparzyć ją tylko w gorącej wodzie przez około 20 minut, a następnie wyporcjować.

Warzywa oczyścić, opłukać, ugotować w 2 l wody z dodatkiem soli.

Wywar z mięsa i warzyw przecedzić, połączyć, dodać żur do objętości 4,2 l, włożyć mięso, zagotować, wydać do bemara.

Do porcji można dodawać pieczywo lub prażynki.

Kapuśniak z kwaszonej kapusty na mięsie

a)	1,40 kg	wołowiny (szponder) lub
b)	1,50 kg	wołowiny (mostek) albo też
c)	1,40 kg	wieprzowiny (żeberek) lub
d)	1,20 kg	wieprzowiny (łopatki z kością)
	1,00 kg	kapusty
	1 dkg	grzybów suszonych
	3 dkg	cebuli
	6 dkg	tłuszczu
	5 dkg	mąki
	2 dkg	cukru
	2 dkg	soli
	1 g	ziela angielskiego
	0,5 g	liści laurowych
	0,5 g	pieprzu

a), b), c) Gotowa potrawa	ok. 4,40 l
w tym mięsa z kością	ok. 90 dkg
kości w mięsie	ok. 20 dkg
Porcja	ok. 420 ml
w tym mięsa z kością	ok. 90 g
kości w mięsie	ok. 20 g
d) Gotowa potrawa	ok. 4,20 l
w tym mięsa bez kości	ok. 70 dkg
Porcja	ok. 400 ml
w tym mięsa bez kości	ok. 70 dkg

Zwroty poprodukcyjne

Kości z łopatki ok. 12 dkg

Mięso umyć, wyporcjować, ugotować w małej ilości wody z dodatkiem soli i części przypraw. Jeżeli mięso jest z łopatki, ugotować go po wyluzowaniu z kości, w całym elemencie i dopiero po wystudzeniu wyporcjować.

Grzyby starannie wymyć, namoczyć w ciepłej wodzie, gdy zmiękną, ugotować w tej samej wodzie.

Kapustę ugotować z dodatkiem wody, smaku z grzybów, przypraw i drobno pokrojonej cebuli. Do podgotowanej kapusty wlać wywar z mięsa, włożyć pokrojone w paski grzyby. Z mąki i tłuszczu zrobić lekko rumianą zasmażkę, rozprowadzić wywarem z kapusty, dodać do potrawy, posolić, dodać cukier.

Kapuśniak zagotować, dodać porcje mięsa i pozostawić na gorącej płycie przez parę minut. Gorącą potrawę wydać do bemara.

Porcje wydawać z pieczywem.

CRS-br-pm-1

Warzywa duszone z wołowiną

a) 1,40 kg	wołowiny z kością (kark) lub	
b) 1,50 kg	wołowiny z kością (mostek)	
1,80 kg	kapusty cukrowej	
20 dkg	selerów	
10 dkg	marchwi	
7 dkg	pietruszki	
10 dkg	porów lub	
7 dkg	cebuli	
15 dkg	tłuszczu	
3 dkg	mąki	
1 g	pieprzu	
5 g	kminku lub	
5 dkg	zieleniny (koperek, pietruszka)	

a) Gotowa potrawa	ok. 3,10 kg
w tym mięsa bez kości	ok. 72 dkg
Porcja	300 g
w tym mięsa bez kości	70 g
b) Gotowa potrawa	ok. 3,25 kg
w tym mięsa z kością	ok. 88 dkg
kości	ok. 18 dkg
Porcja	320 g
w tym mięsa z kością	88 g
kości	ok. 18 g

Mięso wołowe z karku po umyciu podgotować w całości w małej ilości osolonej wody, odjąć od kości, wyporcjować po 2 kawałki na jedną porcję. Mostek wołowy po umyciu wyporcjować z kością po 2 kawałki na porcję, oprószyć solą i mąką, osmażyć i poddusić.

Warzywa oczyścić, opłukać, poszatkować w plastry. Kapustę po oczyszczeniu pokrajać w grubą kostkę. Wymieszane warzywa ułożyć warstwami w rondlu przekładając mięsem, oprószyć solą i pieprzem, dodać kminek, zalać wywarem z mięsa i udusić. Ugotowane warzywa podprawić zasmażką, zagotować, wydać do bemara.

Do porcji dodawać prażynki lekko podrumienione, pieczywo lub kaszę na sypko.

CRS-br-pm-2

Warzywa duszone z baraniną

a) 1,30 kg	baraniny z kością (mostek) lub
b) 1,25 kg	baraniny z kością (górka)
30 dkg	marchwi
60 dkg	selera
10 dkg	pietruszki
20 dkg	pora lub
10 dkg	cebuli
1,50 kg	kapusty włoskiej lub cukrowej
10 dkg	koncentratu pomidorowego 20-proc.
15 dkg	tłuszczu
5 dkg	mąki
3 dkg	soli
5 g	czosnku
1 g	pieprzu
1 g	ziela angielskiego
0,5 g	liści laurowych

a) Gotowa potrawa	ok. 3,30 kg
w tym mięsa z kością	ok. 93 dkg
kości	ok. 23 dkg
Porcja	325 g
w tym mięsa z kością	93 g
kości	23 g
b) Gotowa potrawa	ok. 3,25 kg
w tym mięsa z kością	ok. 87 dkg
kości	ok. 17 dkg
Porcja	320 g
w tym mięsa z kością	97 g
kości	17 g

Mięso po umyciu wyporcjować, natrzeć solą z czosnkiem, udusić z dodatkiem 5 dkg tłuszczu i wody.

Jarzyny po oczyszczeniu pokrajać w kostkę. Najpierw dodać do mięsa marchew, seler i pietruszkę. Podlać wodą, pogotować. Gdy jarzyny zmiękną, dodać kapustę pokrojoną w kostkę i pocięty w paski por, część roztartych przypraw, sól, trochę wody, udusić potrawę do miękkości.

Cebulę pokrajać w drobną kostkę, zasmażyć na pozostałym tłuszczu, dodać mąkę, resztę przypraw i koncentrat pomidorowy, zasmażyć.

Ugotowaną potrawę uzupełnić do pożądanej objętości gorącą wodą, dodać gorącą zasmażkę, rozgotować w potrawie, wymieszać. Gorącą potrawę wydać do bemara.

Porcje wydawać z pieczywem lub prażynkami.

CRS-br-pm-3

Warzywa duszone z konserwą wołową

20 dkg ryżu
1,20 kg kapusty włoskiej
20 dkg selera
20 dkg marchwi
10 dkg pietruszki
10 dkg porów
10 dkg tłuszczu
2 dkg soli
6 dkg koncentratu pomidorowego 20-proc.
0,5 g pieprzu
76 dkg konserwy wołowej

Gotowa potrawa	ok.	3,10 kg
w tym konserwy mięsnej	ok.	52 dkg
ugotowanego ryżu	ok.	60 dkg
Porcja		300 g
w tym konserwy mięsnej		50 g

Ryż wypłukać w gorącej wodzie, odcedzić, zalać 0,5 l gorącej wody, dodać 3 dkg tłuszczu i 0,5 dkg soli, ugotować na sypko.

Warzywa korzeniowe oczyścić, opłukać, poszatkować w paski, zalać 1 litrem wody, dodać pozostały tłuszcz, udusić. Do podgotowanych warzyw dodać kapustę poszatkowaną w paski i pokrajany por, podlać jeszcze 0,5 l wody, osolić, dogotować.

Koncentrat pomidorowy zasmażyć na tłuszczu z roztartym pieprzem, dodać do warzyw. Miękkie warzywa połączyć z ugotowanym ryżem, wydać do bemara.

Konserwę mięsną podgrzewać i dodawać do porcji potrawy.

CRS-br-pm-4

Gołąbki z konserwą wołową

2,50 kg kapusty słodkiej
45 dkg konserwy wołowej
8 dkg ryżu
1 jajo
10 dkg tłuszczu
5 dkg cebuli
5 dkg mąki
10 dkg koncentratu pomidorowego 20-proc.
3 dkg soli
3 g pieprzu

Gotowa potrawa	ok.	3,10 kg
w tym nadzienia	ok.	52 dkg
sosu	ok.	1,00 kg
Porcja (2 sztuki)		300 g
w tym nadzienia	ok.	50 dkg
sosu	ok.	100 g

Ryż ugotować na pół miękko w 0,2 l gorącej wody, osolonej, z dodatkiem 1 dkg tłuszczu.

Kapustę oczyścić, opłukać, wydrążyć głąb, obgotować i zdjąć liście, podobnie jak w przepisie CRS-br-bm-5 na str. 11.

Cebulę pokrojoną w drobną kostkę przesmażyć z 3 dkg tłuszczu.

Wystudzony ryż wymieszać z pokrojoną w drobną kostkę konserwą, surowym jajem, połową przesmażonej cebuli i częścią pieprzu.

Kapustę i farsz wyporcjować na 20 gołąbków, drobne, miękkie liście układając do środka liści większych. Zawijać farsz, brzegi liści podwijać pod spód, kształtując gołąbki w wałek.

Gołąbki układać ściśle w głębokich brytwannach, warstwami, podwiniętymi liśćmi do spodu. Z pozostałego tłuszczu i mąki przygotować białą zasmażkę, dodać koncentrat, resztę pieprzu i cebuli, rozprowadzić chłodnym wywarem z obgotowanej kapusty (ok. 0,75 l), osolić do smaku. Gołąbki zalać sosem, przykryć pokrywą, dusić w niezbyt wysokiej temperaturze do miękkości. Przekazać do bemara.

Do porcji dodawać pieczywo.

CRS-br-pm-5

Gołąbki nadziewane kiełbasą

2,50	kg	kapusty cukrowej
1,03	kg	kiełbasy zwyczajnej (w osłonce naturalnej)
10	dkg	tłuszczu
5	dkg	cebuli
8	dkg	mąki
10	dkg	koncentratu pomidorowego 20-proc.
2	dkg	soli
1	dkg	cukru
1	g	papryki

Gotowa potrawa	ok. 3,15 kg
w tym	
nadzienia	ok. 1,00 kg
sosu	ok. 1,00 kg
Porcja (2 sztuki)	300 g
w tym	
nadzienia	ok. 100 g
sosu	ok. 100 g

Kiełbasę na gołąbki porcjować po 2 kawałki na jedną porcję, każdą część rozcinając wzdłuż. Każdy kawałek kiełbasy owijać w liście kapusty obgotowane i przygotowane jak w przepisie CRS-br-bm-5 na str. 11.

Na rozgrzanym tłuszczu zasmażyć drobno skrojoną cebulę i mąkę na lekko rumiany kolor, dodać koncentrat pomidorowy, paprykę, cukier, sól do smaku, rozprowadzić masę chłodnym wywarem z kapusty, zagotować. Sos ten dodać do uduszonych gołąbków, przetrzymać je kilka minut w gorącym piekarniku, aby sos połączył się z potrawą. Gorące gołąbki wydać do bemara.

Do porcji dodawać pieczywo.

CRS-br-pm-6

Gołąbki popularne

2,50	kg	kapusty
45	dkg	mięsa mieszanego bez kości lub
50	dkg	łopatki wieprzowej z kością
22	dkg	ryżu
10	dkg	tłuszczu
5	dkg	cebuli
1		jajo
5	dkg	mąki
10	dkg	koncentratu pomidorowego 20-proc.
0,2	g	pieprzu
2	g	papryki
5	dkg	soli

Kapusty obgotowanej	ok. 2,20 kg
Ryżu ugotowanego	ok. 70 dkg
Nadzienia	ok. 1,20 kg
Gołąbków (półfabrykat)	ok. 3,15 kg
Gotowa potrawa	ok. 3,60 kg
w tym sosu	1 kg
Porcja (2 sztuki)	350 g
w tym sosu	100 g

Zwroty poprodukcyjne

Kości z łopatki 5 dkg

Ryż wypłukać w ciepłej wodzie i ugotować w 0,6 l gorącej wody z dodatkiem 1 dkg tłuszczu na pół sypko, przetrzymując go w ciepłym piekarniku lub na niezbyt gorącej płycie do napęcznienia.

Cebulę pokrojoną w półkrążki zasmażyć na 3 dkg tłuszczu.

Mięso zemleć wraz z zasmażoną cebulą, dodać ryż, zmielony pieprz, jajo i sól do smaku, wymieszać. Jeżeli masa jest za gęsta, dodać wywaru z kapusty.

Gołąbki zawijać w sposób podany w przepisach poprzednich.

CRS-br-pm-7

Kapusta słodka z wołowiną lub kiełbasą

1,50	kg	wołowiny z kością (kark) lub
73	dkg	kiełbasy zwyczajnej
2,60	kg	kapusty cukrowej
10	dkg	tłuszczu
10	dkg	cebuli
5	dkg	mąki
10	dkg	koncentratu pomidorowego 20-proc.
1	dkg	cukru
3	dkg	soli
0,5	g	pieprzu

Gotowa potrawa	ok.	3,10 kg
w tym mięsa bez kości	ok.	72 dkg
Porcja		300 g
w tym mięsa lub kiełbasy		70 g

Wołowinę obmyć, obsmażyć, podlać wodą, poddusić z dodatkiem soli i pieprzu, odjąć od kości, wyporcjować.

Kapustę pokroić w grubą kostkę, przełożyć wołowiną, zalać przecedzonym wywarem z mięsa, posolić do smaku, dodać cukier i dusić do miękkości w odkrytym rondlu.

Na tłuszczu zasmażyć cebulę pokrojoną w półkrążki, dodać mąkę, koncentrat pomidorowy, pieprz i zasmażyć. Zasmażkę gorącą wlać do kapusty, wymieszać lekko, zagotować i przekazać do bemara.

Porcje wydawać z pieczywem.

CRS-br-pm-8

Kapusta słodka z konserwą mięsną

2,60	kg	kapusty cukrowej
8	dkg	cebuli
8	dkg	tłuszczu
6	dkg	mąki
1	dkg	soli
3	g	kwasu cytrynowego lub
1	l	kwasu z kapusty
2	dkg	zaprawy maggi
0,5	g	pieprzu
75	dkg	konserwy mięsnej wieprzowej lub wołowej

Gotowa potrawa	ok.	3,10 kg
w tym konserwy	ok.	53 dkg
Porcja		300 g
w tym konserwy		50 g

Kapustę po oczyszczeniu obmyć, pokrajać w grubą kostkę, podlać małą ilością wody, podgotować w odkrytym garnku, dodać kwas z kapusty lub kwasek cytrynowy czy mlekowy rozpuszczony w ciepłej wodzie oraz sól.

Cebulę pokrajać w kostkę, zasmażyć na gorącym tłuszczu, dodać mąkę, zmielony pieprz i maggi, przesmażyć wszystko razem, dodać do gotującej się kapusty, rozgotować.

W miarę potrzeby dolać wody, rozmieszać, dogotować na niezbyt gorącej płycie, wydać do bemara.

Konserwę mięsną podgrzewać porcjami w bufecie, wydawać wraz z kapustą. Dodawać pieczywo.

Kapusta kwaszona z wieprzowiną, baraniną lub wołowiną

a)	1,20 kg	wieprzowiny z kością (łopatka) lub
b)	1,30 kg	baraniny z kością (mostek) lub
c)	1,25 kg	wołowiny z kością (mostek)
	1,25 kg	kapusty kwaszonej
	10 dkg	tłuszczu
	10 dkg	cebuli
	2 dkg	mąki
	5 dkg	koncentratu pomidorowego 20-proc.
	1 dkg	soli
	2 g	papryki
	3 g	czosnku (do baraniny)

a) Gotowa potrawa	ok.	3,10 kg
w tym mięsa bez kości	ok.	70 dkg
Porcja		300 g
w tym mięsa bez kości		70 g
b) Gotowa potrawa	ok.	3,20 kg
w tym mięsa z kością	ok.	85 dkg
kości	ok.	15 dkg
Porcja		315 g
w tym mięsa z kością	ok.	85 g
kości	ok.	15 g
c) Gotowa potrawa	ok.	3,20 kg
w tym mięsa z kością	ok.	85 dkg
kości	ok.	13 dkg
Porcja		315 g
w tym mięsa z kością	ok.	83 g
kości	ok.	13 g

Zwroty poprodukcyjne

Kości z łopatki ok. 12 dkg

Mostek barani lub wołowy po umyciu wyporcjować do obsmażenia i uduszenia. Łopatkę wieprzową po umyciu wyluzować z kości, wyporcjować. Mięso osmażyć z dodaniem 5 dkg tłuszczu, następnie zasmażyć cebulę pokrojoną w półkrążki, dodać do mięsa i udusić na pół miękko, podlewając małą ilością wody.

Kapustę ugotować z niewielką ilością wody w odkrytym naczyniu.

Do podgotowanej kapusty dodać sos z mięsa. Płyn powinien lekko pokrywać kapustę.

Na pozostałym tłuszczu zasmażyć mąkę z papryką i koncentratem pomidorowym, dodać gorącą zasmażkę do kapusty, całość zagotować mieszając, odstawić na ciepłą płytę, dodać mięso i wydać do bemara.

Porcje wydawać z pieczywem lub pieczonymi ziemniakami.

CRS-br-pm-10

Kapusta kwaszona z boczkiem lub żeberkami

a) 70 dkg boczku surowego lub
b) 1,40 kg żeberek wieprzowych
2 kg kapusty
10 dkg cebuli
10 dkg tłuszczu
5 dkg mąki
8 dkg koncentratu pomidorowego 20-proc.
2 dkg soli
0,5 g pieprzu
3 g ziela angielskiego

a) Gotowa potrawa	ok.	3,08 kg
w tym boczku	ok.	52 dkg
Porcja		300 g
w tym boczku		50 g
b) Gotowa potrawa	ok.	3,20 kg
w tym żeberek	ok.	90 dkg
kości	ok.	20 dkg
Porcja		320 g
w tym żeberek	ok.	90 g
kości	ok.	20 g

Mięso obmyć. Żeberka przed gotowaniem wyporcjować; boczek ugotować w całości, w małej ilości osolonej wody, miękki wyporcjować.

Kapustę odcisnąć z nadmiaru soku, zalać 1,5 l wody. Dolać do kapusty wywar pozostały po ugotowaniu mięsa. Ugotować kapustę do miękkości.

Z pozostałego tłuszczu i mąki przygotować białą zasmażkę, dodać koncentrat i zmielony pieprz i ziele, podgrzać, połączyć z kapustą, osolić. Po rozgotowaniu się zasmażki dodać porcje mięsa i wydać potrawę do bemara.

Podawać porcje z pieczywem.

CRS-br-pm-11

Kapusta kwaszona z grochem na wędzonce

a) 1,12 kg żeberek wędzonych lub
b) 70 dkg boczku wędzonego
1,70 kg kapusty kwaszonej
25 dkg grochu łuskanego
10 dkg słoniny
5 dkg cebuli
5 dkg mąki
2 g majeranku lub kminku

a) Gotowa potrawa	ok.	3,20 kg
w tym żeberek	ok.	75 dkg
kości	ok.	15 dkg
Porcja	ok.	315 g
w tym żeberek	ok.	75 g
kości	ok.	15 g
b) Gotowa potrawa	ok	3,08 kg
w tym boczku	ok.	52 dkg
Porcja		300 g
w tym boczku		50 g

Groch opłukać w zimnej wodzie, zalać 1 litrem wrzącej wody, rozgotować na gęstą masę.

Kajustę odcisnąć z nadmiaru soku, zwłaszcza gdy jest bardzo kwaśna, zalać zimną wodą równo z powierzchnią. Mięso umyć, włożyć do kapusty. Żeberka przed gotowaniem wyporcjować, boczek ugotować w całości i wyporcjować dopiero po ugotowaniu.

Drobno pokroić słoninę, zasmażyć w niej cebulę pokrojoną w półkrążki, dodać mąkę i roztarty oraz przesiany majeranek lub kminek, przesmażyć, połączyć z kapustą, dodać roztarty groch, wymieszać, zagotować. Na wierzch ułożyć porcje mięsa, wydać do bemara.

Wydawać z pieczywem.

CRS-br-pm-12

Bigos

1,20 kg kapusty kwaszonej
90 dkg kapusty świeżej
50 dkg łopatki wieprzowej z kością lub
45 dkg okrawków wieprzowych
40 dkg kiełbasy zwyczajnej
6 dkg tłuszczu
5 dkg boczku wędzonego
10 dkg cebuli
3 dkg mąki
5 dkg koncentratu pomidorowego 20-proc.
2 dkg soli
3 g czosnku
2 g papryki
1 g pieprzu
0,5 g majeranku

Gotowa potrawa	ok. 3,20 kg
w tym mięsa bez kości i kiełbasy	70 dkg
Porcja	300 g
w tym mięsa i kiełbasy	70 g

Zwroty poprodukcyjne
Kości z łopatki ok. 5 dkg

Kapustę kwaszoną podlać małą ilością wody i nastawić do gotowania. Kapustę świeżą oczyścić, pokrajać w gruby makaron, ugotować z dodatkiem wody i soli.

Z łopatki wyjąć kości, mięso osmażyć z dodatkiem części tłuszczu i drobno pokrojonej cebuli, podlać wodą, udusić, pokroić w kostkę.

Boczek i kiełbasę pokroić w kostkę, lekko osmażyć, dodać koncentrat pomidorowy, przyprawy i mąkę, zasmażyć. Połączyć ugotowane kapusty, dodać gorącą zasmażkę i uduszone mięso, zagotować bigos.

Czosnek obrać, rozetrzeć z solą, wymieszać z bigosem.

W miarę potrzeby dodać gorącej wody, bigos odstawić na bok płyty i przetrzymać około 30 minut, od czasu do czasu mieszając. Gorący bigos wydać do bemara.

Porcje podawać z pieczywem.

CRS-br-pm-13

Boczek z dzika w kapuście

2,20 kg kapusty kwaszonej
1,00 kg boczku z dzika z żeberkami
15 dkg tłuszczu
15 dkg cebuli
8 dkg mąki
3 dkg soli
1 g pieprzu
2 g jałowca

Gotowa potrawa	ok. 3,65 kg
w tym mięsa	
z kością	ok. 60 dkg
kości	ok. 8 dkg
Porcja	360 g
w tym mięsa	
z kością	58 g
kości	8 g

Mięso umyć, obgotować, poddusić z dodatkiem 5 dkg tłuszczu, posolić. Kapustę podgotować, włożyć do niej podduszone mięso, ugotować razem. Z kapusty wyjąć mięso, wyporcjować.

Na pozostałym tłuszczu zrumienić na złoty kolor drobno pokrojoną cebulę, dodać mąkę i zmielone drobno przyprawy, zasmażyć. Gorącą zasmażkę połączyć z kapustą, w miarę potrzeby rozprowadzić potrawę gorącą wodą, zagotować.

Porcje mięsa położyć na kapuście, wydać do bemara.

Potrawę podawać z pieczywem lub prażynkami.

CRS-br-pm-14

Boczek z dzika z grochem przecieranym

1,10 kg	grochu łuskanego
1,00 kg	boczku z dzika z żeberkami
10 dkg	tłuszczu
5 dkg	cebuli
3 dkg	soli
2 g	majeranku

Grochu ugotowanego	ok. 2,30 kg
Gotowa potrawa	ok. 3,15 kg
w tym mięsa	
z kością	ok. 60 dkg
kości	ok. 8 dkg
Porcja	310 g
w tym mięsa	
z kością	58 g
kości	8 g

Mięso umyć i ugotować z dodatkiem soli w małej ilości wody, wyjąć, wyporcjować.

Groch opłukać, zalać 2 litrami przegotowanej, gorącej wody, ugotować do miękkości na niezbyt gorącej płycie. Miękki groch przetrzeć, wymieszać, dolać wodę pozostałą po ugotowaniu mięsa, doprowadzając potrawę do gęstości śmietany.

Drobno pokrojoną cebulę zasmażyć na tłuszczu wraz z majerankiem, dodać do grochu. Potrawę posolić, podgrzać mieszając. Porcje mięsa włożyć do grochu, gorącą potrawę wydać do bemara. Do porcji dodawać surówki z kwaszonek, buraki z chrzanem, sałatki konserwowe, pikle itp.

CRS-br-pm-15

Pyzy nadziewane wędzonką

52 dkg	boczku wędzonego lub
53 dkg	kiełbasy zwyczajnej
7,50 kg	ziemniaków
10 dkg	mąki
10 dkg	tłuszczu
5 dkg	cebuli
3 dkg	soli

Nadzienia	ok. 52 dkg
Ziemniaków	
obranych	ok. 4,50 kg
ugotowanych	ok. 1,50 kg
wyciśniętych	ok. 1,35 kg
Ciasta ziemniaczanego	ok. 3,00 kg
Uformowanych pyzów	ok. 3,35 kg
Gotowa potrawa	ok. 3,28 kg
Porcja	ok. 320 g

Boczek lub kiełbasę umyć, osuszyć, pokroić w drobną kostkę, użyć do nadziewania pyzów. Dalej postępować jak wg przepisu CRS-br-bm-6 na str. 11.

CRS-br-pm-16

Fasola z wkładką mięsną w sosie pomidorowym

72 dkg fasoli białej
85 dkg łopatki wieprzowej lub
80 dkg boczku surowego lub
53 dkg kiełbasy
10 dkg tłuszczu
5 dkg cebuli
3 dkg mąki
10 dkg koncentratu pomidorowego 20-proc.
3 g papryki
3 dkg soli
2 dkg cukru

Fasoli ugotowanej	ok.	1,50 kg
Sosu	ok.	1,00 kg
Gotowa potrawa	ok.	3,10 kg
w tym wkładka mięsna	ok.	60 dkg
Porcja		300 g
w tym wkładka mięsna		60 g

Zwroty poprodukcyjne
Kości 8,5 dkg

Fasolę przebrać, opłukać, zalać wrzącą wodą (2 l), ugotować na niezbyt gorącej płycie.
Łopatkę wieprzową oddzielić od kości, mięso wyporcjować, udusić z dodatkiem 2 dkg tłuszczu. Boczek na wkładkę po umyciu ugotować w całości w fasoli, porcjować po ugotowaniu. Kiełbasę po umyciu należy wyporcjować i nie gotować tylko zaparzać w gotowej potrawie.
Na rozgrzanym tłuszczu zrumienić drobno pokrojoną cebulę, dodać mąkę, koncentrat pomidorowy i przyprawy, zasmażyć, połączyć z fasolą, w miarę potrzeby rozprowadzić gorącą wodą i zagotować. Należy uważać, aby potrawa nie rozgotowała się.
Wyporcjowane wkładki połączyć z potrawą, wydać do bemara.

CRS-br-pm-17

Ryż z baraniną

a) 80 dkg baraniny z udźca z kością
b) 85 dkg baraniny z kością (comber)
85 dkg ryżu
3 dkg grzybów suszonych
15 dkg tłuszczu
10 dkg cebuli
3 g czosnku
15 dkg koncentratu pomidorowego 20-proc.
1 g gałki muszkatułowej
3 g papryki
0,5 g pieprzu
3 dkg soli

Ryżu ugotowanego	ok.	2,40 kg
Mięsa przed obsmażeniem (element formowany)	ok.	65 dkg
Mięsa uduszonego	ok.	50 dkg
Gotowa potrawa	ok.	3,08 kg
Porcja		300 g
w tym mięsa		50 g

Zwroty poprodukcyjne
a) Kości z łopatki 10,7 dkg
Tłuszczu 4 dkg
b) Kości 19,5 dkg

Grzyby umyć, namoczyć w małej ilości ciepłej wody, w tej samej wodzie ugotować.
Ryż wypłukać w ciepłej wodzie, osączyć. Zagotować 1,8 litra wody, dodać trochę soli i 3 dkg tłuszczu, wsypać ryż, zagotować, odstawić na bok płyty do napęcznienia.
Z mięsa wyciąć kości, wyporcjować kawałki po ok. 65 g każdy, lekko pobić. Czosnek posiekać, rozetrzeć z solą, natrzeć nim mięso. Rozgrzać tłuszcz, zesmażyć drobno pokrojoną cebulę, obsmażyć mięso, podlać

je wodą, udusić. Gdy mięso będzie na pół miękkie dodać ryż, pokrajane drobno grzybki wraz z wywarem, koncentrat pomidorowy i przyprawy. Wszystko lekko wymieszać, wstawić do piekarnika, wyprażyć. Gorącą potrawę wydać do bemara.

Porcje wydawać z surówkami sezonowymi.

CRS-br-pm-18

Knedle z nadzieniem mięsnym

3 kg ziemniaków
80 dkg mąki pszennej
5 dkg mąki ziemniaczanej
4 jaja
2 dkg soli
15 dkg słoniny
Nadzienie
1 kg łopatki wieprzowej z kością
8 dkg bułki
3 dkg cebuli
1 dkg tłuszczu
1 dkg soli
1 g pieprzu
1 jajo

Ziemniaków ugotowanych		1,80 kg
Nadzienia	ok.	80 dkg
Ciasta	ok.	2,70 kg
Gotowa potrawa	ok.	3,60 kg
Porcja (6 sztuk)		350 g

Zwroty poprodukcyjne
Kości z łopatki 10 dkg

Opłukane mięso udusić z dodatkiem soli, pieprzu i cebuli. Po podduszeniu na wierzch mięsa położyć bułkę do napęcznienia. Dusić razem, aż mięso będzie zupełnie miękkie. Wtedy wyjąć kości, a mięso wraz z cebulą i bułką zemleć. Do masy dodać jajo, pieprz, sól, wymieszać dokładnie na jednolitą masę.

Ziemniaki obrać, umyć, ugotować i odparować. Gdy przestygną, rozetrzeć dokładnie na jednolitą masę. Dodać mąkę pszenną i ziemniaczaną, jaja, sól, wymieszać ciasto bez zbytniego ugniatania. Formować z niego podłużne wałki, ciąć kawałki ciasta po około 5 dkg, rozpłaszczać je, nadziewać, formować kule. Gotować knedle partiami w osolonej wodzie. Surowe nakryć czystą ściereczką, by nie obsychały. Gorące polewać stopioną słoniną i wydawać do bemara.

Knedle można po ugotowaniu wystudzić rozłożone płasko jedną warstwą i odgrzewać wrzucając je na krótko do wrzącej wody.

Porcje wydawać z surówkami sezonowymi.

* * *

Asortyment dań barowych można rozszerzyć o potrawy podane w książce pt. „Przepisy kulinarne dla zakładów gastronomicznych gminnych spółdzielni", wyd. Zakład Wydawnictw CRS 1963 r., a mianowicie:

— wieprzowina w jarzynach,
— kapusta faszerowana wieprzowiną,
— gicz cielęca duszona,
— kiełbasa wędzona z wody,
— parówki z wody,
— serdelki z wody.

Część II

POTRAWY DO ZESTAWÓW OBIADOWYCH

W rozdziale tym podane są przepisy na zupy, potrawy z mięsa, jaj, dodatków do zup i dań drugich z potraw mącznych, warzyw i ziemniaków.

Zupy przeznaczone do barowego zestawu obiadowego powinny mieć konsystencję lekko zawiesistą, toteż wykonywane są przeważnie z produktów zawierających skrobię zbożową lub ziemniaczaną oraz z warzyw strączkowych. Produkty w zupach są rozklejane lub przecierane albo też rozdrobniane na cząstki. W zupach, w których występują ziemniaki krojone, należy zastosować gatunki z bardziej spoistą skrobią ziemniaczaną, np. Bem lub Merkury. Sposób wykończenia zup podano przy zupach jednodaniowych.

Normatyw surowcowy na potrawy mięsne opracowany jest na 10 porcji. Gramatura gotowych porcji zgodna jest z ustaleniami zawartymi w Zarządzeniu nr 107 Ministra Handlu Wewnętrznego z dnia 31 lipca 1963 r. w sprawie porcjowania wyrobów mięsnych w zakładach gastronomicznych. Przepisy na barowe dania mięsne przewidują mięsa w sosach naturalnych lub też przygotowanych oddzielnie z surowców dostosowanych do rodzaju mięsa. W daniach barowych mięsa w sosach są najczęściej stosowane, ponieważ łatwo można je podgrzewać, nie obsychają, mają apetyczny wygląd i podgrzane długo utrzymują ciepło.

Mięsa w sosach przygotowywane są techniką gotowania lub duszenia w małej ilości wody. Mięso do duszenia najpierw należy osmażyć dla uzyskania zapachu, smaku, koloru. Proces duszenia powinien przebiegać wolno i trwać tylko do czasu zmiękczenia tkanki mięsnej. Przedłużanie procesu duszenia powoduje ubytek masy mięsa, gdyż soki z niego przechodzą do sosu.

Dla podniesienia smaku i zapachu potraw mięsnych stosuje się grzyby suszone, pomidory i przyprawy aromatyczne.

W celu uzyskania dobrej konsystencji sosu oraz zachowania kształtu wyrobu z mięsa, do otaczania porcji z masy mięsnej mielonej używać należy bułki tartej zamiast mąki. Ma to również wpływ na zmniejszenie możliwości zakwaszenia się potrawy.

Zastosowanie dodatków do barowych potraw mięsnych uzależnione jest od rodzaju mięsa i pory roku. Do cielęciny podaje się surówki zielone, biały chrzan, sałatki warzywne, mizerię, pełny asortyment potraw z pomidorów, surówkę z włoskiej kapusty, kapustę brukselską, kalafior, fasolkę szparagową, dynię, szpinak. Do wołowiny podaje się ćwikłę, sałatki z warzyw, pomidorów, papryki, selerów, rzodkiewki, kapusty czerwonej, asortyment potraw z buraków oraz kapustę brukselską, fasolkę szparagową, ogórki kwaszone. Do potraw z wieprzowiny stosuje się — asortyment potraw z cebuli, sałatę zieloną na kwaśno, dynię na kwaśno, sałatki z pomidorów, rzodkiewki, selerów, papryki, kapustę w surówkach i gotowaną, kalarepę, kalafior, ogórki kwaszone.

Kluski, kasze, ziemniaki, fasolkę sypką stosuje się do wszystkich mięs. Grochem uzupełnia się potrawy mięsne z wieprzowiny.

Potrawy z jaj mogą być stosowane w ciągu całego roku. Potrawy z jaj powinny być najczęściej sporządzane w okresie ich podaży, tzn. od wiosny do jesieni, ponieważ wtedy są najsmaczniejsze i zawierają najwięcej składników odżywczych. Potrawy z jaj powinny być podawane gorące, w nelsonkach lub na podgrzanym talerzu. Jajecznica powinna mieć konsystencję lekko ściętą, w porcji powinno być kilka dużych kawałków.

W zestawie dodatków do potraw zasadniczych wprowadzono przepisy na kasze sypkie i rozklejane schłodzone, krojone w kostkę, makarony, warzywa, potrawy z ziemniaków. Kasze zacierane białkiem lub całym jajem, ugotowane na sypko, zatrzymują ciepło w cząsteczkach skrobi przez dłuższy czas w cieplocie bemara, bez strat dla wartości odżywczych oraz zachowują sypką konsystencję, nie stają się maziste. Makarony są łatwe do przygotowania i można je gotować w miarę potrzeby, nawet na małych grzejnikach.

Kasze i makarony są wysoko kaloryczne, uzupełniają masę objętościową posiłku i są najbardziej przydatne w potrawach barowych.

Potrawy z warzyw powinny być stosowane codziennie w postaci surówek lub sałatek albo też gotowane. Warzywa na surówki muszą być dorodne, dostarczone do zakładów w postaci półfabrykatów, tzn. rozdrobnione bez przypraw, zabezpieczone

przed utratą wartości witaminowych olejem lub częścią gęstej śmietany. Surówki i sałatki należy przygotowywać partiami, w miarę potrzeby, a półfabrykaty przechowywać w szafach chłodniczych.

Z warzyw gotowanych podano kilka potraw z kapusty. Kapusta słodka gotowana łatwo zakwasza się w cieple, dlatego potrawy z kapusty gotowanej należy w miarę możliwości wystudzać i podgrzewać partiami do bemara. Wprowadzono również przepisy na potrawy z dyni w ostrych sosach, która jest smacznym dodatkiem, szczególnie do mięs wieprzowych. Podano też parę przepisów na potrawy z ziemniaków, które można przetrzymać w bemarze około 1 godziny. W miarę możliwości technicznych w zakładzie, można niektóre potrawy, jak pyzy lub kluski ziemniaczane, po ugotowaniu schłodzić i podgrzewać w gorącej wodzie partiami, przed wydaniem do bemara. Potrawy te są wykonane z dodatkiem surowców spajających masę, jak jaja i mąka ziemniaczana.

W zakładach, w których są większe grzejniki, można zorganizować dostawę obieranych ziemniaków i gotować je partiami, w miarę potrzeby, do zup i częściowo do dań drugich. W przepisach podane są ziemniaki pieczone, do zastosowania w zakładach, w których są piecyki w grzejnikach elektrycznych lub gazowych albo wolnostojące.

Porcjowanie dań barowych powinno być bardzo staranne. Zakład sprzedający dania barowe musi być wyposażony w odpowiedni sprzęt do porcjowania, łyżki, czerpaki itp. Nie należy porcji mięsa wbijać na widelec, gdyż w ten sposób łatwo ją rozłamać, zdeformować, rozkruszyć. Wielkość czerpaków powinna być dostosowana do objętości porcji; zwłaszcza dotyczy to zup, sosów, gulaszu, paprykarzu, bigosu itp.

W celu zabezpieczenia prawidłowego porcjowania każda pierwsza porcja potrawy powinna być mierzona lub ważona, żeby zorientować się, jaką wielkość powinna mieć porcja o tej wadze. Wtedy następne porcje łatwiej określić przez porównanie ich wielkości.

1. ZUPY

CRS-br-z-1

Rosół z makaronem

3,10 l rosołu (ze zwrotów)
25 dkg makaronu (nitki)
10 dkg zieleniny (koperku)

Gotowa potrawa	4,10 l
w tym makaronu	1,00 kg
Porcja	400 g
w tym makaronu	100 g

Makaron połamać na części, wrzucić do osolonej, gotującej się wody, ugotować na wolnym ogniu. Makaron po ugotowaniu zahartować dolewając trochę zimnej wody. Odcedzić, przelać wodą gorącą. Gotować małymi partiami, w miarę potrzeby. Rosół zagrzać do wrzenia, wydać do bemara.

Do porcji zupy dodawać drobno pokrojoną zieleninę.

CRS-br-z-2

Zupa jarzynowa z ryżem

3,60	l	wywaru wg A-Z-7 str. 66
10	dkg	marchwi
8	dkg	pietruszki
15	dkg	selerów
10	dkg	porów lub
5	dkg	cebuli
60	dkg	kapusty włoskiej
25	dkg	ryżu
2	dkg	margaryny lub masła
30	dkg	koncentratu pomidorowego 20-proc.
5	dkg	tłuszczu
3	dkg	mąki
2	g	ziela angielskiego
0,25	g	liści laurowych
3	dkg	soli
5	dkg	pietruszki zielonej

Gotowa potrawa	5 l
Porcja	400 g

Ryż wypłukać, zagotować 0,6 litra wody, posolić, dodać masło, wsypać ryż, ugotować na sypko.

Jarzyny oczyścić, pokroić w paski, kapustę w kostkę. W części wywaru najpierw podgotować warzywa korzeniowe, potem dodać kapustę i por, posolić, ugotować do miękkości.

Na tłuszczu podsmażyć koncentrat pomidorowy z dodatkiem zmielonych przypraw i mąki. Zasmażkę rozprowadzić gorącym wywarem, dodać do warzyw, dolać do zupy resztę wywaru, zagotować.

Do zupy dodać gorący ryż, wydać do bemara.

CRS-br-z-3

Zupa śląska

2,80	l	wywaru wg A-Z-7 str. 66
15	dkg	grochu obłuskanego
20	dkg	kaszy perłowej lub ryżu
1	kg	ziemniaków
8	dkg	tłuszczu
3	dkg	cebuli
5	dkg	zielonej pietruszki
2	dkg	soli
5	g	czosnku

Gotowa potrawa	4,10 l
w tym kaszy lub ryżu	ok. 60 dkg
Porcja	400 ml
w tym kaszy lub ryżu	ok. 60 g

Kaszę lub ryż ugotować na sypko z dodatkiem tłuszczu i soli.

Groch umyć, zalać 0,5 l gorącej wody, ugotować z małym dodatkiem tłuszczu i soli, przetrzeć.

Ziemniaki po oczyszczeniu pokroić w grubą kostkę, ugotować w części wywaru. Czosnek rozetrzeć z solą. Cebulę drobno pokroić i zasmażyć na tłuszczu. Ugotowany groch połączyć z wywarem, podgrzać, dodać gorącą zasmażkę, zagotować, dodać ugotowane ziemniaki, wymieszać, wydać do bemara. Kaszę lub ryż nakładać na talerze w czasie wydawania.

Do porcji dodawać zieloną pietruszkę.

CRS-br-z-4

Zupa fasolowa przecierana

2,60 l	wywaru wg A-Z-7 str. 66	
70 dkg	fasoli (dużej)	
10 dkg	słoniny	
4 dkg	mąki	
1 g	majeranku	
2 dkg	zielonej pietruszki	
2 dkg	soli	

Gotowa potrawa	4,10 l
Porcja	400 ml

Fasolę przebrać, wypłukać, zalać 1,5 l wrzącej wody, ugotować, posolić, przetrzeć mechanicznie lub ręcznie. Fasolę połączyć z przecedzonym wywarem, dodać lekko zrumienioną zasmażkę łącznie z majerankiem, zagotować **zupę**.

Wydać gorącą zupę do bemara. Porcje wydawać z oddzielnie podanymi grzankami, posypywać drobno pokrojoną zieloną pietruszką.

CRS-br-z-5

Kapuśniak ze słodkiej kapusty

3,60 l	wywaru wg A-Z-7 str. 66	
1,50 kg	kapusty cukrowej	
5 dkg	cebuli	
50 dkg	pomidorów lub	
10 dkg	koncentratu pomidorowego 20-proc. lub	
60 dkg	kwaśnych jabłek	
2 dkg	cukru	
2 dkg	soli	
5 dkg	tłuszczu	
5 dkg	mąki	
30 dkg	śmietany	
2 g	ziela angielskiego	
0,25 g	liści laurowych	
5 dkg	zielonej pietruszki	

Gotowa potrawa	4,15 l
Porcja	400 ml

Kapustę oczyścić i pokroić w gruby makaron, zalać częścią wywaru, ugotować z dodatkiem cebuli.

Pomidory świeże udusić z małym dodatkiem tłuszczu. W przypadku stosowania jabłek zetrzeć je na tarce. Koncentrat pomidorowy przesmażyć wraz z zasmażką i przyprawami, połączyć produkty zakwaszające z kapustą, roprowadzić ją resztą wywaru, podgrzać, dodać gorącą zasmażkę i śmietanę, zagotować, wydać do bemara.

Porcje wydawać z pieczywem lub prażynkami.

CRS-br-z-6

Barszcz ogórkowy zabielany

2,40 l	wywaru wg A-Z-7 str. 66	
1 l	kwasu ogórkowego	
25 dkg	śmietany	
5 dkg	mąki	
5 dkg	zieleniny (koperku lub pietruszki)	

Gotowa potrawa	3,50 l
Porcja	340 g

Kwas ogórkowy połączyć z wywarem, podprawić śmietaną rozbitą z mąką, raz zagotować, wydać do bemara.

Porcje wydawać z kaszami lub ryżem, posypane zieleniną.

CRS-br-z-7

Kapuśniak z kwaszonej kapusty z papryką

2,75	l	wywaru wg A-Z-7 str. 66
1	kg	kapusty
25	dkg	papryki żółtej
15	dkg	boczku wędzonego
1	dkg	grzybów suszonych
3	dkg	cebuli
5	dkg	cukru
3	dkg	soli
3	g	ziela angielskiego
0,25	g	liści laurowych
0,5	g	pieprzu
1	dkg	czosnku
5	dkg	mąki
5	dkg	pietruszki zielonej

Gotowa potrawa	4,10 l
Porcja	400 ml

Grzyby dokładnie wymyć, ugotować, pokroić w cienkie paski.
Kapustę ugotować na wywarze z dodaniem przypraw.
Boczek drobno pokrojony usmażyć, dodać mąkę, lekko podrumienić, połączyć zasmażkę z kapustą, zagotować.
Paprykę sparzyć, zdjąć skórę, oczyścić z pestek, pokroić w paski, połączyć z kapustą, doprawić ją do smaku.
Podawać z pieczonymi ziemniakami lub pieczywem. Porcje posypywać zieloną pietruszką.

CRS-br-z-8

Zupa grzybowa ze śmietaną

3,00	l	wywaru wg A-Z-7 str. 66
7	dkg	grzybów suszonych
5	dkg	margaryny lub masła
5	dkg	mąki
20	dkg	śmietany
0,2	g	pieprzu
5	dkg	zieleniny (pietruszki lub kopru)
3	dkg	soli

Gotowa potrawa	3,50 l
Pocja	340 ml

Grzyby umyć w ciepłej wodzie, ugotować, pokroić w paski, połączyć z wywarem.
Z tłuszczu i mąki przygotować lekko zrumienioną zasmażkę, połączyć z zupą, dodać śmietanę, zagotować. Wydać do bemara.
Do porcji dodawać makaron lub kaszę na sypko i zieleninę drobno pokrojoną.

CRS-br-z-9

Zupa z grzybów gąsek

2,60	l	wywaru wg A-Z-7 str. 66
1	kg	świeżych gąsek
8	dkg	margaryny lub masła
3	dkg	mąki
3	dkg	cebuli
20	dkg	śmietany
0,2	g	pieprzu
5	dkg	zieleniny (pietruszki lub kopru)
3	dkg	soli

Ugotowanych gąsek	70 dkg
Gotowa potrawa	3,50 l
Porcja	340 ml

Grzyby oczyścić, wypłukać dokładnie z piasku, pokroić w paski, dodać 3 dkg tłuszczu, osolić, udusić.
Cebulę pokroić drobno, zesmażyć na tłuszczu, dodać mąkę, przygotować jasnozłotą zasmażkę, rozprowadzić częścią wywaru, zaprawić wywar. Dodać grzyby i śmietanę. Zagotować. Wydać do bemara.
Do porcji dodawać kaszę na sypko lub makaron (gwiazdki lub muszelki). Porcje posypać drobno posiekaną zieleniną.

CRS-br-z-10

Zupa z kalafiorów lub kalarepy

2,5 l wywaru wg A-Z-7 str. 66
1,60 kg kalafiorów lub kalarepy
5 dkg margaryny
2 dkg masła
3 dkg mąki
20 dkg śmietany
5 dkg soli
5 dkg zieleniny (kopru lub pietruszki)

Gotowa potrawa	3,50 l
Porcja	340 ml

Kalafiory lub kalarepkę oczyścić, rozdrobnić. Trzecią część ugotować w małej ilości wywaru na wolnym ogniu, aby nie rozgotować. Resztę ugotować w małej ilości osolonej wody, przetrzeć do wywaru. Przygotować białą zasmażkę, połączyć z gorącym wywarem i cząstkami ugotowanych warzyw, dodać śmietanę, zagotować. Wydawać do bemara.
Do porcji dodawać kostkę z kaszy manny, kaszkę krakowską na sypko lub makaron drobny z galanterii. Porcje posypywać drobno posiekaną zieleniną.

CRS-br-z-11

Zupa z porów

3 l wywaru wg A-Z-7 str. 66
65 dkg porów (białych)
5 dkg margaryny lub masła
3 dkg mąki
20 dkg śmietany
3 dkg soli
5 dkg zieleniny (koperku lub pietruszki)

Gotowa potrawa	3,50 l
Porcja	340 ml

Oczyszczone i starannie opłukane białe części porów pokroić, ugotować w małej ilości wywaru, rozetrzeć. Przygotować lekko złotą zasmażkę, połączyć z wywarem i roztartymi porami, dodać śmietanę, posolić do smaku, zagotować. Wydać do bemara.
Do porcji dodawać ryż na sypko lub kostkę z kaszki krakowskiej. Porcje posypywać drobno posiekaną zieleniną.

CRS-br-z-12

Zupa z brukselki

3 l wywaru wg A-Z-7 str. 66
40 dkg brukselki
5 dkg margaryny lub masła
2 dkg mąki
20 dkg śmietany
3 dkg soli
2 dkg bulionu (maggi)
0,1 g ziela angielskiego
5 dkg zieleniny (pietruszki, koperku)

Gotowa potrawa	3,50 l
Porcja	340 ml

Brukselkę oczyścić, opłukać, ugotować w części wywaru.
Przygotować lekko złotą zasmażkę wraz z utartym zielem i przyprawą maggi, połączyć z brukselką i resztą wywaru, zagotować. Wydać do bemara.
Do porcji dodawać kostkę z kaszki i drobno pokrojoną zieleninę.

CRS-br-z-13

Zupa neapolitańska

3,20 l	wywaru wg A-Z-7 str. 66
15 dkg	sera żółtego o ostrym smaku
5 dkg	margaryny lub masła
4 dkg	mąki
2 dkg	soli
5 dkg	zieleniny (pietruszki, koperku)

Gotowa potrawa	3,50 l
Porcja	340 ml

Ser zetrzeć na tarce. Przygotować zasmażkę z dodatkiem sera i bulionu, połączyć z wywarem i śmietaną, zagotować. Wydać do bemara.
Do porcji dodawać makaron (cienkie rurki) i drobno pokrojoną zieleninę.

* * *

Poza wymienionymi przepisami na zupy, można również zastosować do barowych zestawów obiadowych inne np.:
— krupnik jęczmienny,
— żur zabielany z ziemniakami,
— zupa pomidorowa zabielana z ryżem,
— barszcz burakowy zabielany,
— barszcz ukraiński,
— kapuśniak z kiszonej kapusty,
— zupa grochowa z grzankami lub makaronem.
Przepisy wymienionych potraw opracowane są w książce pt. „Przepisy kulinarne dla zakładów gastronomicznych gminnych spółdzielni" Zakład Wydawnictw CRS, Warszawa 1963.

2. DANIA DRUGIE

POTRAWY Z MIĘS

CRS-br-m-1

Cielęcina gotowana (do sosów)

a)	1,60 kg	cielęciny z kością (mostek)
b)	1,90 kg	cielęciny z kością (górka)
c)	1,25 kg	cielęciny bez kości (łopatka)
	40 dkg	włoszczyzny wg A-Z-1 str. 66
	2 dkg	soli
	2 dkg	zieleniny (koperku, pietruszki)
	1 g	liścia bobkowego
	1 g	ziela angielskiego

Gotowa potrawa		
mostek		1,25 kg
w tym kości	ok.	27 dkg
górka		1,35 kg
w tym kości	ok.	33 dkg
łopatka		1,02 kg
Porcja		
z mostku		120 g
w tym kości		25 g
z górki		135 g
w tym kości		30 g
z łopatki (bez kości)		100 g

Zwroty poprodukcyjne
Tłuszczu z mostka 9 dkg

Jarzyny oczyścić, ugotować, miękkie wyjąć z wywaru.

Mięso umyć, włożyć do wrzącego, osolonego wywaru z jarzyn (licząc 1,5 litra wywaru na 1 kg mięsa). Przyprawy dodać pod koniec gotowania. Miękkie mięso wyjąć, wyporcjować. Wywar przecedzić, zużyć do przygotowania sosu potrawkowego, koperkowego itp. Porcje przetrzymywać w bemarze, w wywarze lub sosie. Podawać z sosem białym-potrawkowym, śmietanowym, koperkowym dodając do mięsa ryż, drobne kasze na sypko oraz sezonowe surówki.

CRS-br-m-2

Ozorki cielęce gotowane (do sosów)

2,40 kg	ozorków cielęcych	
50 dkg	włoszczyz. wg A-Z-1	str. 66
4 dkg	cebuli	
3 dkg	soli	
1 g	liści laurowych	
1 g	ziela angielskiego	

Oczyszczonych ozorków	1,90 kg
Ugotowanych i obranych ze skóry	1,05 kg
Porcja	100 g

Ozorki umyć, wyciąć ślinianki i pozostawić przez godzinę w zimnej wodzie. Następnie odcisnąć z wody i ugotować we wrzącym wywarze z jarzyn i cebuli z przyprawami. Miękkie ozorki wyjąć, przestudzić w zimnej wodzie, zdjąć skórę i podzielić na porcje, krojąc płaty mięsa skośnie. Gotowe porcje przetrzymywać w bemarze w odcedzonym z jarzyn wywarze lub w sosach, chrzanowym, pomidorowym, myśliwskim, koperkowym itp. Podawać z ziemniakami (z wody lub purée) albo z pieczywem. Dodawać ćwikłę lub surówki sezonowe.

CRS-br-m-3

Pulpet cielęcy gotowany (do sosów)

95 dkg	cielęciny bez kości (łopatka lub okrawki)
10 dkg	bułki pszennej czerstwej
1	jajo
1 g	pieprzu
25 g	soli
1,5 l	wywaru wg A-Z-5 str. 66
1 g	liścia laurowego
1 g	ziela angielskiego

Gotowa potrawa	1,00 kg
Masy mielonej	ok. 1,25 kg
Porcja	100 g

Bułkę namoczyć w wodzie, cielęcinę umyć. Mięso zemleć z odciśniętą bułką, dodać część soli, jajo, pieprz i dokładnie wyrobić. Kształtować okrągłe klopsy. Klopsy włożyć do wrzącego osolonego wywaru. Wywaru powinno być tyle tylko, aby klopsy były nim przykryte. Gotować na wolnym ogniu około 40 minut. Klopsy przełożyć do bemara, zalać wywarem lub sosem. Podawać z sosami koperkowym, pomidorowym II (na rosole), chrzanowym, potrawkowym itp., do makaronu lub ryżu, dodając do dania surówki sezonowe.

CRS-br-m-4

Zraz bity duszony cielęcy (do sosów)

1,50 kg	cielęciny bez kości (frykando)
10 dkg	tłuszczu
3 dkg	mąki
1 dkg	soli
1 g	pieprzu
40 dkg	wywaru wg A-Z-5 str. 66

Element formowany	1,20 kg
Gotowa potrawa	1,10 kg
w tym mięsa	80 dkg
Porcja	110 g
w tym mięsa	80 g

Zwroty poprodukcyjne

Okrawki ok. 20 dkg

Mięso umyć, osuszyć, pokroić skośnie, w poprzek włókien na 10 równej wielkości płatów. Każdy płat pobić tłuczkiem i ukształtować na okrągło. Oprószyć mąką, solą i pieprzem i szybko osmażyć na gorącym tłuszczu. Podlać wywarem i dusić do miękkości. Można dodać również składnik sosu, w którym później zrazy będą podawane (np. cebulę, koncentrat pomidorowy itp.). Gotowe zrazy zalać sosem, przełożyć do bemara.

Podawać z makaronem, kopytkami, kaszą gryczaną, sosami: pomidorowym, grzybowym, śmietanowym itp. oraz surówkami sezonowymi.

CRS-br-m-5

Zraz zawijany z nadzieniem polskim

1,35 kg cielęciny bez kości (frykando)
5 g soli
60 dkg wywaru wg A-Z-5 str. 66
8 dkg tłuszczu
3 dkg mąki

Nadzienie
10 dkg bułki czerstwej
20 dkg mleka
4 dkg masła
2 jaja
4 dkg bułki tartej
3 dkg kopru lub zielonej pietruszki
1 dkg soli
1 g pieprzu
1 g gałki muszkatułowej
(60 dkg sosu śmietanowego lub pomidorowego)

Element uformowany		1,00 kg
Nadzienia		40 dkg
Półfabrykatu		1,35 kg
Gotowe zrazy		92 dkg
sosu	ok.	40 dkg
Porcja mięsa		90 g
sosu	ok.	40 g

Zwroty poprodukcyjne
Okrawki ok. 20 dkg

Mięso umyć, osuszyć, pokroić skośnie w poprzek włókien na cienkie płaty i rozbić bardzo cienko tłuczkiem, uważając aby nie poprzerywać włókien.

Bułkę namoczyć w mleku, gdy rozmięknie odcisnąć i zemleć. Masło rozetrzeć z żółtkami, dodać zmieloną bułkę, bułkę tartą, sól, pieprz, gałkę muszkatułową, usiekaną zieleninę i wyrobić wszystko na jednolitą masę. Na końcu białka ubić na pianę i wymieszać lekko z masą.

Płaty mięsa smarować nadzieniem, zwijać ciasno, spinać wykałaczką lub osznurować nitką. Zrazy posolić, oprószyć mąką i osmażyć na rozgrzanym tłuszczu, podlać wywarem i dusić pod przykryciem na wolnym ogniu lub w piekarniku. Do zrazów można dodać około 60 dkg sosu pomidorowego lub śmietanowego, wówczas porcja sosu będzie wynosiła 100 g.

Podawać z ryżem, kaszą, szpinakiem, buraczkami, surówkami sezonowymi.

CRS-br-m-6

Paprykarz cielęcy

1,35 kg cielęciny z kością (mostek)
10 dkg cebuli
10 dkg tłuszczu
5 dkg mąki
15 dkg śmietany
2 g czosnku
1 dkg soli
1 g pieprzu
5 dkg papryki
80 dkg wywaru wg A-Z-5 str. 66

Element uformowany	1,30 kg
Gotowa potrawa	2,00 kg
w tym mięsa z kością	1,00 kg
Porcja mięsa z kością	100 g
sosu	100 g

Mięso umyć, osuszyć, wyporcjować po 2 kawałki na porcję, natrzeć czosnkiem roztartym z solą i oprószyć częścią mąki.

Drobno usiekaną cebulę zrumienić na tłuszczu, włożyć porcję mięsa i lekko osmażyć. Dodać wywar i paprykę, garnek przykryć i dusić mięso na wolnym ogniu. Gdy mięso miękkie dodać resztę mąki rozmieszanej w śmietanie, zagotować, doprawić pieprzem do smaku, wstawić do bemara.

Podawać z ryżem, kaszą krakowską oraz z surówkami.

CRS-br-m-7

Klopsik mielony (do sosów)

85 dkg cielęciny bez kości (łopatka lub okrawki)
10 dkg bułki czerstwej
1 jajo
1 g pieprzu
15 g soli
10 dkg tłuszczu
10 dkg bułki tartej

Masy mielonej	1,20 kg
Usmażonych klopsików (10 szt.)	ok. 1,00 kg
Porcja (1 szt.)	100 g

Bułkę namoczyć w wodzie, odcisnąć. Mięso umyć i zemleć wraz z bułką. Dodać sól, pieprz, jajo i dokładnie wyrobić na jednolitą masę. Kształtować okrągłe, lekko spłaszczone klopsy i otaczać je w tartej bułce. Osmażać na rozgrzanym tłuszczu, ułożyć ściśle w płaskim rondlu, zalać przygotowanym sosem i pod przykryciem dusić ok. 30—40 minut. Można dusić w piekarniku. Gotowe klopsy przełożyć do bemara.

Podawać z kaszami, makaronem i surówkami sezonowymi.

Do sosów zaprawianych śmietaną, należy ją dodawać, gdy klopsy są już gotowe.

CRS-br-m-8

Nerki cielęce duszone

1,50 kg nerek cielęcych
10 dkg masła
10 dkg cebuli
0,5 dkg grzybów suszonych
3 dkg soli
0,5 g pieprzu
20 dkg śmietany
3 dkg mąki

Oczyszczonej i obgotowanej nerki	ok. 1,20 kg
Gotowa potrawa	1,80 kg
w tym nerki	80 dkg
Porcja	180 g
w tym nerki	80 g

Zwroty poprodukcyjne
Tłuszcz ok. 25 dkg

Grzyby umyć, namoczyć w 200 g wody, podgotować, posiekać.

Nerki oczyścić pozostawiając na nich bardzo cienką warstwę tłuszczu. Obgotować je we wrzącej, dosyć mocno solonej wodzie, wyjąć, osączyć, przekroić wzdłuż i pokroić w cienkie plasterki.

Drobno usiekaną cebulę lekko zrumienić na maśle, włożyć pokrojone nerki i silnie podsmażyć. Do nerek dodać podgotowane i drobno usiekane grzyby, wywar z grzybów, sól, pieprz i dusić na wolnym ogniu pod przykryciem. Sos uzupełnić wodą. Pod koniec duszenia dodać kwaśną śmietanę i mąkę, zagotować i przełożyć do bemara.

Podawać z kaszą lub makaronem, surówkami z porów, selerów i ogórków kwaszonych.

CRS-br-m-9

Serca cielęce duszone

1,55 kg serc cielęcych
10 dkg cebuli
10 dkg tłuszczu
2 dkg soli
1 g pieprzu
1 g papryki
10 dkg koncentratu pomidorowego 20-proc.
20 dkg śmietany
3 dkg mąki

Oczyszczonych i obgotowanych serc	ok. 1,10 kg
Gotowa potrawa	1,80 kg
w tym mięsa	80 dkg
Porcja	180 g
w tym mięsa	80 g

Serca opłukać wyciskając rękami zakrzepłą krew, obgotować w osolonej wodzie. Przestudzone mięso pokroić w grube paski (po 4—5 kawałków na porcję). Cebulę lekko zrumienić na tłuszczu, dodać pokrojone serca i silnie podgrzać. Następnie dodać trochę wody, sól i pieprz i dusić pod przykryciem na wolnym ogniu.

Pod koniec duszenia dodać koncentrat pomidorowy oraz śmietanę rozmieszaną z mąką, zagotować, dodać paprykę i potrawę przełożyć do bemara.

Podawać z makaronem, kaszą i surówkami sezonowymi.

CRS-br-m-10

Wątróbka cielęca duszona

1,10 kg wątróbki cielęcej
15 dkg cebuli
15 dkg tłuszczu
3 dkg mąki
10 dkg koncentratu pomidorowego 20-proc.
1 g liścia bobkowego
1 g pieprzu
1 dkg soli
50 g octu 6-proc.
50 g oleju

Oczyszczonej wątróbki	1,05 kg
Gotowa potrawa	1,80 kg
w tym mięsa	80 dkg
Porcja	180 g
w tym mięsa	80 g

Cebulę poszatkować cienko w półkrążki, zmieszać z octem, olejem i listkiem bobkowym.

Umytą i oczyszczoną z błon i grubszych żył wątróbkę obłożyć cebulą i pozostawić na około 2—3 godziny. Następnie zdjąć z wątróbki cebulę i pokroić mięso na porcje ścinając je skośnie w plastry w poprzek włókien. Porcje oprószyć mąką i osmażyć na silnie rozgrzanym tłuszczu. Pod koniec smażenia posolić, popieprzyć, dodać cebulę z octem i olejem i chwilę dusić. Jeśli trzeba, dodać wody. Pod koniec dodać koncentrat pomidorowy, zagotować i przełożyć do bemara.

Podawać z kaszą lub makaronem oraz z surówką z marchwi i chrzanu lub z czerwonej kapusty.

CRS-br-m-11

Klopsik gotowany (do sosów)

1,15 kg	wołowiny z kością (karkówka rozbratel, szponder, mostek)	
10 dkg	bułki czerstwej	
1	jajo	
40 dkg	wywaru wg A-Z-5 str. 66	
1 g	pieprzu	
25 g	soli	
1 g	liścia laurowego	
1 g	ziela angielskiego	

Masy mielonej	1,20 kg
Gotowych klopsików (10 sztuk)	1,00 kg
Porcja	100 g

Zwroty poprodukcyjne

Kości 25 dkg

Bułkę namoczyć w wodzie, mięso umyć, wyluzować z kości i zemleć z odciśniętą bułką. Dodać część soli, jajko, pieprz i dokładnie wyrobić na jednolitą masę. Kształtować okrągłe klopsy. Wkładać je jedną warstwą na wrzący, osolony wywar z włoszczyzny. Wywaru powinno być tylko tyle, aby klopsy były pokryte. Gotować na wolnym ogniu około 50—60 minut, gotowe klopsy przetrzymywać w bemarze w wywarze z jarzyn lub w sosie koperkowym, pomidorowym, chrzanowym.

Podawać z makaronem, drobnymi kaszami, ryżem i sezonowymi surówkami.

CRS-br-m-12

Ozór wołowy peklowany z wody

1,75 kg	ozorów niepeklowanych	
35 dkg	włoszczyz. wg A-Z-1 str. 66	
2 dkg	soli	
2 g	pieprzu	
2 g	liści laurowych	
2 g	ziela angielskiego	

Zalewa do peklowania wg A-m-VI-3 str. 68 na 1,50 kg mięsa

Ozoru po peklowaniu	1,75 kg
po ugotowaniu	1,20 kg
po zdjęciu skóry	1,02 kg
(10 sztuk)	1,00 kg

Ozory umyć, wyciąć ślinianki, włożyć na godzinę do zimnej wody, wyjąć, zapeklować.

Po upeklowaniu ozory wyjąć z zalewy, opłukać, włożyć do wrzącego wywaru z jarzynami i ugotować. Pod koniec gotowania dodać przyprawy. Miękkie ozory wyjąć, ostudzić w zimnej wodzie, zdjąć skórę i wyporcjować krojąc skośnie w poprzek włókien.

Ozory przetrzymywać w bemarze w przecedzonym wywarze lub w sosie chrzanowym, pomidorowym, myśliwskim. Podawać z pieczywem, ziemniakami z wody, ćwikłą, sałatką z buraków lub innymi ostrymi surówkami sezonowymi.

CRS-br-m-13

Zraz bity duszony

a) 1,65 kg wołowiny bez kości (zrazowa lub skrzydło)
15 g soli
2 g pieprzu
10 dkg tłuszczu
30 dkg wywaru wg A-Z-5 str. 66
20 dkg śmietany (do sosu śmietanowego)

Element formowany	1,25 kg
Gotowa potrawa	1,20 kg
w tym mięsa	80 dkg
Porcja	120 g
w tym mięsa	80 g
sosu naturalnego	40 g
sosu ze śmietaną	100 g

Zwroty poprodukcyjne

Tłuszcz	2 dkg
Okrawki	30 dkg

Mięso umyć, wykrawać zrazy ścinając płaty mięsa skośnie, porcje pobić tłuczkiem i ukształtować owalnie. Oprószyć solą, pieprzem i osmażyć na silnie rozgrzanym tłuszczu. Do mięsa dodać poszatkowaną cebulę i dusić chwilę. Następnie dodać wywar lub podlać wodą (jeśli przygotowuje się sos ze śmietaną) i dusić na wolnym ogniu. Gdy mięso miękkie, dodać mąkę rozmieszaną z wodą lub w śmietanie, zagotować i przełożyć do bemara.
Podawać z kaszą, kluskami, surówkami sezonowymi.
Zrazy te można przyrządzać w różnych sosach — wówczas do kalkulacji nie należy włączać ani wywaru, ani śmietany, ponieważ wchodzą w skład sosu.

CRS-br-m-14

Zrazy wołowe zawijane

1,45 kg wołowiny bez kości (zrazowej lub skrzydła)
15 g soli
10 dkg tłuszczu
10 dkg cebuli
Nadzienie
10 dkg słoniny lub boczku wędzonego lub kiełbasy
5 dkg cebuli
2 g pieprzu
0,5 g majeranku
3 dkg mąki
2 dkg tartej bułki

Element formowany	1,10 kg
Półfabrykat	1,25 kg
Gotowa potrawa	1,90 kg
w tym zrazów	90 dkg
Porcja	190 g
w tym mięsa	90 g

Zwroty poprodukcyjne

Tłuszcz	2 dkg
Okrawki	30 dkg

Mięso umyć, porcje skrawać skośnie w poprzek włókien i bardzo cienko rozbijać tłuczkiem na duże płaty.
Słoninę, boczek lub kiełbasę bardzo drobno usiekać, wymieszać z pieprzem, majerankiem, usiekaną cebulą i bułką tartą, aby nadzienie tworzyło dosyć spoistą masę. Zrazy smarować nadzieniem, ciasno zwinąć, spiąć wykałaczką lub okręcić nitką. Oprószyć solą i pieprzem i osmażać na rozgrzanym tłuszczu. Dodać poszatkowaną cebulę, poddusić, podlać wodą i dusić na wolnym ogniu. Na koniec dodać mąkę rozmąconą w wodzie, zagotować i przełożyć do bemara.
Podawać z kaszą i surówkami sezonowymi.

CRS-br-m-15

Wołowina duszona w śmietanie

1,45 kg wołowiny bez kości (zrazowa) lub
1,35 kg wołowiny (łopatki)
15 dkg tłuszczu
2 dkg soli
2 g czosnku
1 g pieprzu
1 g liści laurowych
20 dkg śmietany
5 dkg mąki
60 dkg wywaru wg A-Z-5 str. 66

Gotowa potrawa	1,90 kg
w tym mięsa	85 dkg
sosu	1,00 kg
Porcja	180 g
w tym mięsa	80 g

Mięso umyć, ukształtować prostokąt, wycinając grube błony i powięzi. Natrzeć czosnkiem roztartym z solą na 40 minut przed duszeniem.

Mięso osmażyć na tłuszczu na rumiano, dodać niewiele (100—200 g) wody i dusić na wolnym ogniu pod przykryciem uzupełniając sos wywarem. Przed końcem duszenia do mięsa dodać przyprawy, następnie śmietanę. Gdy mięso miękkie wyjąć je i wyporcjować, a sos zaciągnąć mąką. Podgrzać mięso w sosie, przełożyć do bemara.

Podawać z kopytkami, makaronem, surówkami sezonowymi.

CRS-br-m-16

Pieczeń wołowa w sosie jarzynowym

1,45 kg wołowiny bez kości (zrazowej) lub
1,35 kg wołowiny (łopatki)
25 dkg włoszczyz. wg A-Z-1 str. 66
10 dkg śmietany
15 dkg tłuszczu
3 dkg mąki
2 dkg soli
2 g pieprzu
2 g papryki
1 g majeranku
Zalewa z octu wg A-m-VI-2 str. 68 na 1,50 kg mięsa

Gotowa potrawa	1,85 kg
w tym mięsa	85 dkg
Porcja	1 g
w tym mięsa	80 g

Mięso wyjąć z zalewy, osączyć. Jarzyny zetrzeć na tarce, przesmażyć z tłuszczem, włożyć mięso oprószone solą i pieprzem i silnie osmażyć, aż wierzchnia warstwa mięsa dokładnie się zetnie. Następnie dusić pod przykryciem na wolnym ogniu, podlewając zimną wodą. Miękkie mięso wyjąć, wyporcjować.

Sos zaprawić mąką i śmietaną, dodać paprykę i majeranek, zagotować. Mięso podgrzać w sosie i przełożyć do bemara.

Podawać z makaronem, kaszą i surówkami sezonowymi.

CRS-br-m-17

Gulasz wołowy

1,80 kg	wołowiny z kością (karkówka) lub	
1,45 kg	wołowiny bez kości (biodrowa) lub	
1,50 kg	wołowiny bez kości (skrzydło)	
2 dkg	soli	
5 dkg	mąki	
10 dkg	cebuli	
3 g	papryki	
3 g	pieprzu	
70 dkg	wywaru wg A-Z-5 str. 66	
15 dkg	tłuszczu	

Element formowany	
karkówka	1,30 kg
biodrowa	1,30 kg
skrzydło	1,30 kg
Gotowa potrawa	1,80 kg
w tym mięsa	80 dkg
Porcja	180 g
w tym mięsa	80 g

Zwroty poprodukcyjne
Kości z karkówki 40 dkg

Mięso umyć, wyluzować kości, usunąć grube błony i żyły, pokroić w grubą kostkę (4—5 kawałków na porcję), oprószyć solą, pieprzem i częścią papryki i obsmażyć na dobrze rozgrzanym tłuszczu. Mięso osmażać na niedużej ilości tłuszczu, tylko jedną warstwą.

Do mięsa dodać poszatkowaną i zrumienioną na reszcie tłuszczu cebulę i chwilę dusić, następnie dodać wywar i dusić powoli pod przykryciem. Gdy mięso miękkie dodać paprykę i zaciągnąć sos mąką. Przełożyć do bemara.

Podawać z kaszą, makaronem i surówkami sezonowymi.

CRS-br-m-18

Gulasz z pomidorami

1,80 kg	wołowiny z kością (karkówka) lub
1,45 kg	wołowiny bez kości (biodrówka) lub
1,50 kg	wołowiny bez kości (skrzydło)
15 dkg	tłuszczu
10 dkg	cebuli
2 g	pieprzu
2 g	papryki
3 dkg	mąki
7 dkg	koncentratu pomidorowego 20-proc.
15 dkg	śmietany
2 dkg	soli
60 dkg	wywaru wg A-Z-5 str. 66

Element formowany	
karkówka	1,30 kg
biodrówka	1,30 kg
skrzydło	1,30 kg
Gotowa potrawa	1,80 kg
w tym mięsa	80 dkg
Porcja	180 g
w tym mięsa	80 g

Zwroty poprodukcyjne
Kości z karkówki 40 dkg

Mięso umyć, wyluzować kości, usunąć grube błony i żyły, pokroić w grubą kostkę (po 4—5 kawałków na porcję). Mięso oprószyć solą i pieprzem i obsmażyć na patelni jedną warstwą w niedużej ilości tłuszczu dobrze rozgrzanego. Przełożyć do garnka, dodać poszatkowaną cebulę i dusić kilka minut na silnym ogniu. Następnie dodać wywar i dusić pod przykryciem na wolnym ogniu. Do półmiękkiego mięsa dodać koncentrat pomidorowy. Na końcu dodać śmietanę z mąką i papryką, zagotować, przełożyć do bemara.

Podawać z kaszą, kluskami i surówkami sezonowymi.

CRS-br-m-19

Serca wołowe w pomidorach

2,20 kg serc wołowych
20 dkg cebuli
5 dkg mąki
3 dkg soli
2 g pieprzu
1 g liści laurowych
2 g papryki
35 dkg włoszczyz. wg A-Z-1 str. 66
10 dkg tłuszczu
10 dkg koncentratu pomidorowego 20-proc.

Element formowany	2,00 kg
Gotowa potrawa	2,00 kg
w tym mięsa	1,00 kg
Porcja	200 g
w tym mięsa	100 g

Serca opłukać wyciskając zakrzepłą krew. Mięso zalać zimną wodą i powoli podgotować. Do wrzącego wywaru dodać jarzyny, sól i powoli ugotować do miękkości. Następnie dodać przyprawy (bez papryki). Miękkie serca wyjąć, przestudzić, pokrajać w paski (po 4—5 kawałków na porcję). Poszatkowaną cebulę zrumienić na tłuszczu, dodać mąkę i rozprowadzić wywarem z serc, dodać sól, paprykę, koncentrat pomidorowy, zagotować.

Do sosu włożyć mięso, podgrzać i przełożyć do bemara.

Podawać z kaszą, makaronem, surówkami sezonowymi.

CRS-br-m-20

Peklówka wieprzowa gotowana

1,75 kg wieprzowiny z kością (kark) lub
1,65 kg wieprzowiny z kością (łopatka)
25 dkg włoszczyzny wg A-Z-1 str. 66
3 dkg soli
Zalewa do peklowania wg A-m-VI-3 str.68 na 1,50 kg mięsa

Element po peklowaniu	
kark z kością	1,80 kg
łopatka bez kości	1,55 kg
Gotowa potrawa	
kark z kością	1,36 kg
w tym kości	35 dkg
łopatka	1,05 kg
Porcja mięsa bez kości	100 g

Zwroty poprodukcyjne
Kości z łopatki ok. 15 dkg

Mięso wyjąć z zalewy, umyć, osuszyć. Z łopatki usunąć kości. Włożyć mięso do wrzącego wywaru z jarzyn i powoli gotować. Miękkie wyjąć, ostudzić i kroić na porcje usuwając kości (z karku). Mięso przetrzymywać w bemarze, w rosole, w którym się gotowało.

Podawać z grochem purée lub w sezonie z fasolką szparagową i tartym chrzanem lub sosem chrzanowym, musztardowym, korniszonowym i pieczywem.

CRS-br-m-21

Ozorki wieprzowe gotowane

2,40 kg ozorków peklowanych lub
2,35 kg ozorków do peklowania
50 dkg włoszczyz. wg A-Z-1 str. 66
2 dkg soli
0,5 g liścia larowego
0,5 g ziela angielskiego
Zalewa do peklowania wg A-m-VI-3 str. 68 na 2,5 kg mięsa

Ozorków oczyszczonych	
peklowanych	1,90 kg
do peklowania	1,81 kg
Ozorków peklowanych	1,90 kg
Ugotowanych i obranych ze skóry	1,05 kg
Porcja	100 g

Ozorki umyć, pozostawić w zimnej wodzie przez godzinę, następnie wyciąć ślinianki, odcisnąć z wody i ugotować we wrzącym wywarze z jarzyn z przyprawami. Miękkie ozorki wyjąć, ostudzić w zimnej wodzie, zdjąć skórę i wyporcjować. Wyporcjowane ozorki przetrzymywać w bemarze, w wywarze lub w sosie.

Podawać z ostrymi sosami: chrzanowym, musztardowym, cytrynowym, szarym itp. oraz pieczywem, ryżem, surówkami sezonowymi.

CRS-br-m-22

Wieprzowina duszona we własnym sosie

1,60	kg	wieprzowiny z kością (łopatka)
1,50	kg	wieprzowiny z kością (frykando)
15	g	soli
5	g	czosnku
10	dkg	cebuli
3	dkg	mąki
10	dkg	tłuszczu
1,00	kg	wywaru wg A-Z-5 str. 66
10	dkg	kwaśnej śmietany

Element formowany	1,35 kg
Gotowa potrawa	1,80 kg
w tym mięsa bez kości	80 dkg
Pocja	180 g
w tym mięsa	80 g

Zwroty poprodukcyjne

Z łopatki	kości	16 dkg
	tłuszczu	ok. 5 dkg
Z frykanda	kości	14 dkg

Mięso umyć, usunąć kości, grube błony i ścięgna, natrzeć solą z roztartym czosnkiem, zwinąć i osznurować jak baleron. Mięso osmażyć na rumiano na silnie rozgrzanym tłuszczu. Dodać pokrojoną w półkrążki cebulę i dusić w piekarniku lub na płycie pod przykryciem, uzupełniając sos wywarem. Miękkie mięso wyjąć, wyporcjować. Sos z pieczeni zaprawić śmietaną z mąką, zagotować, podgrzać porcje mięsa w sosie i przełożyć do bemara.

Podawać z kopytkami, pyzami, makaronem i sezonowymi ostrymi surówkami.

CRS-br-m-23

Zraz bity duszony wieprzowy (do sosów)

1,75	kg	wieprzowiny z kością (frykando)
1	dkg	soli
2	dkg	mąki
1	g	pieprzu
10	dkg	tłuszczu
40	dkg	wywaru wg A-Z-5 str. 66

Element formowany	1,05 kg
Gotowa potrawa	1,20 kg
w tym mięsa bez kości	80 dkg
sosu naturalnego ok.	40 dkg
Porcja	120 g
w tym mięsa	80 g

Zwroty poprodukcyjne

Kości	ok. 13 dkg
Tłuszczu	ok. 20 dkg
Okrawków	ok. 30 dkg

Mięso umyć, oczyścić z błon, powięzi i nadmiernego zewnętrznego tłuszczu. Płaty mięsa skrawać skośnie, w poprzek włókien. Porcje pobić tłuczkiem i kształtować okrągło. Zrazy oprószyć mąką, solą i pieprzem i osmażać na gorącym tłuszczu. Podlać wywarem i dusić pod przykryciem na wolnym ogniu.

Zrazy można przyrządzać również ze składnikami sosu, w którym później będą podawane (np. z cebulą, koncentratem itp.). Gotowe zrazy zalać sosem i przełożyć do bemara.

Podawać z makaronem, kopytkami, pyzami, kaszą gryczaną oraz sosami: grzybowym, pomidorowym, śmietanowym itp. oraz sezonowymi surówkami.

CRS-br-m-24

Gulasz wieprzowy

1,65 kg	wieprzowiny z kością (łopatka)
15 g	soli
5 dkg	mąki
10 dkg	tłuszczu
15 dkg	cebuli
5 dkg	koncentratu pomidorowego 20-proc.
70 dkg	wywaru wg A-Z-5 str. 66
1 g	pieprzu
0,5 g	papryki

Element formowany	1,30 kg
Gotowa potrawa	1,80 kg
w tym mięsa	80 dkg
Porcja	180 g
w tym mięsa	80 g

Zwroty poprodukcyjne
Kości 16 dkg

Mięso umyć, usunąć kości, zdjąć błony i powięzi. Pokroić w grubą kostkę po 4—5 kawałków na porcję. Mięso oprószyć solą, mąką i pieprzem i szybko osmażyć na gorącym tłuszczu (osmażać 1 warstwą na patelni).

Do garnka z osmażonym mięsem dodać posiekaną cebulę i dusić około 15 minut na silnym ogniu. Następnie dodać trochę wywaru i dusić mięso do miękkości pod przykryciem, na wolnym ogniu, uzupełniając sos wywarem. Pod koniec dodać paprykę i koncentrat pomidorowy. Gdy mięso miękkie, potrawę przełożyć do bemara.

Podawać z kaszą, makaronem i surówkami z kapusty, ogórka kwaszonego lub innymi sezonowymi.

CRS-bm-m-25

Żeberka duszone z jarzynami

1,60 kg	wieprzowiny z kością (żeberka)
15 g	soli
3 dkg	mąki
10 dkg	cebuli
10 dkg	tłuszczu
1 g	pieprzu
20 dkg	włoszczyz. wg A-Z-1 str.66

Gotowa potrawa	2,00 kg
w tym mięsa	
z kością	1,00 kg
kości	20 dkg
Porcja	200 g
w tym mięsa	
z kością	100 g
w mięsie kości	20 g

Mięso umyć, wyporcjować, oprószyć solą, mąką i pieprzem, osmażyć na gorącym tłuszczu. Dodać poszatkowaną cebulę, starte na tarce jarzyny i dusić pod przykryciem na wolnym ogniu, podlewając wodą.

Miękkie żeberka przełożyć do bemara.

Podawać z kapustą kwaszoną i pieczywem.

CRS-br-m-26

Klopsik lub zraz mielony (do sosów)

90 dkg	wieprzowiny z kością (łopatka) lub
80 dkg	okrawków wieprzowych bez kości
10 dkg	bułki czerstwej
5 dkg	cebuli
1	jajo
10 dkg	tłuszczu
10 dkg	bułki tartej
15 g	soli
1 g	pieprzu

Masy mielonej	1,17 kg
Usmażonych klopsików (10 szt.)	1,00 kg
Porcja	100 g

Zwroty poprodukcyjne
Kości z łopatki ok. 10 dkg

Bułkę namoczyć w wodzie i odcisnąć. Cebulę usiekać, zrumienić na części tłuszczu, przestudzić. Umyte mięso zemleć z bułką i cebulą. Dodać jajko, sól, pieprz i dokładnie wyrobić na jednolitą masę. Kształtować okrągłe, lekko spłaszczone klopsy i otaczać je w bułce tartej. Osmażać na rozgrzanym tłuszczu, następnie zalać przygotowanym sosem i pod przykryciem dusić około 30—40 minut. Można też dusić klopsy w piekarniku. Gotowe mięso przełożyć do bemara.

Przyrządzić z sosem pomidorowym, grzybowym, myśliwskim itp. Podawać z makaronem lub kaszą i surówkami sezonowymi.

Do sosów zaprawianych śmietaną, śmietanę należy dodać, gdy klopsy są już gotowe.

CRS-br-m-27

Serca wieprzowe duszone w pomidorach

1,55 kg serc wieprzowych
10 dkg cebuli
10 dkg tłuszczu
2 dkg soli
10 dkg koncentratu pomidorowego 20-proc.
20 dkg śmietany
3 dkg mąki
1 g pieprzu
1 g papryki
1 g majeranku

Oczyszczonych i obgotowanych serc	1,10 kg
Gotowa potrawa	1,80 kg
w tym serc	80 dkg
Porcja	180 g
w tym mięsa	80 g

Serca opłukać wyciskając rękami zakrzepłą krew i obgotować w osolonej wodzie. Przestudzone mięso kroić w grube paski (po 4—5 kawałków na porcję). Cebulę lekko zrumienić na tłuszczu, dodać pokrojone serca i silnie podgrzać. Następnie dodać trochę wody, sól, pieprz i dusić pod przykryciem na wolnym ogniu. Pod koniec duszenia dodać koncentrat pomidorowy oraz śmietanę rozmąconą z mąką, zagotować, dodać paprykę i przełożyć do bemara.

Podawać z makaronem, kaszą i surówkami sezonowymi.

CRS-br-m-28

Cynadry wieprzowe duszone

1,75 kg cynadrów wieprzowych
10 dkg cebuli
10 dkg tłuszczu
5 dkg mąki
1 g pieprzu
5 g majeranku
2 dkg soli

Gotowa potrawa	1,85 kg
w tym cynadrów	85 dkg
sosu	1,00 kg
Porcja	180 g
w tym cynadrów	80 g

Nerki wieprzowe wymyć, obgotować w osolonej wodzie, odcedzić. Zalać zimną wodą i ugotować w całych sztukach. Miękkie wyjąć, pokroić w talarki. Z tłuszczu, cebuli i mąki sporządzić złotą zasmażkę, rozprowadzić wywarem, dodać sól, pieprz i majeranek. Cynadry poddusić w sosie i przełożyć do bemara.

Podawać z kaszą i ostrymi surówkami.

CRS-br-m-29

Podroby duszone z jarzynami

1,60 kg podrobów (płuca, serca)
10 dkg cebuli
40 dkg włoszczyz. wg A-Z-1 str. 66
15 dkg tłuszczu
5 dkg mąki
5 dkg koncentratu pomidorowego 20-proc.
5 g czosnku
3 g papryki
1 g pieprzu
2 dkg maggi
2 dkg soli

Gotowa potrawa	2,00 kg
w tym mięsa	80 dkg
Porcja	200 g
w tym mięsa	80 g

Mięso płukać wyciskając rękami zakrzepłą krew. Włożyć do wrzącej wody i obgotować. Mięso wyjąć i pokroić w paski. Cebulę zrumienić lekko na tłuszczu, mięso oprószyć solą i pieprzem i poddusić z cebulą. Dodać pokrojone w słomkę warzywa, podlać wodą i dusić do miękkości. Gdy podroby miękkie dodać resztę przyprawy i koncentrat pomidorowy. Zaciągnąć sos mąką, zagotować i przełożyć do bemara.

Podawać z pieczywem, kaszą, makaronem i surówkami sezonowymi.

CRS-br-m-30

Klopsik z mięsa mieszanego w sosie śmietanowym

35 dkg wołowiny bez kości (okrawki) i
50 dkg wieprzowiny bez kości (okrawki) albo też
45 dkg wołowiny z kością (przedniej bez łopatki) i
60 dkg wieprzowiny z kością (karkówka)
10 dkg bułki
1 jajo
15 g soli
1 g pieprzu
5 dkg bułki tartej
15 dkg tłuszczu
10 dkg cebuli
20 dkg śmietany

Masy mielonej	1,15 kg
Gotowa potrawa	2,00 kg
w tym mięsa	1,00 kg
Porcja	200 g
w tym mięsa	100 g

Zwroty poprodukcyjne

Kości z wołowiny ok. 15 dkg
Kości z wieprzowiny ok. 20 dkg

Mięso umyć, zemleć z namoczoną i odciśniętą bułką oraz z 5 dkg cebuli przesmażonej na 3 dkg tłuszczu. Dodać jajko, pieprz i wyrobić na jednolitą masę.

Klopsiki kształtować okrągło, lekko spłaszczać. Otaczać w tartej bułce i osmażać na silnie rozgrzanym tłuszczu. Osmażone klopsy przełożyć do garnka i dodać przesmażoną na reszcie tłuszczu cebulę, podlać wodą i dusić powoli pod przykryciem. Pod koniec dodać śmietanę, zagotować i przełożyć do bemara.

Podawać z kaszą, makaronem, pieczywem i surówkami sezonowymi.

Klopsik można podawać również z innymi sosami — wówczas śmietanę wyłączyć z kalkulacji i ewentualnie cebulę, w zależności od tego, z jakim sosem będą podawane.

CRS-br-m-31

Gulasz z mięsa mieszanego

1,10 kg wołowiny z kością (pręga) i
80 dkg wieprzowiny z kością (karkówka) albo też
60 dkg wieprzowiny z kością (biodrówki) i
55 dkg wołowiny bez kości
10 dkg tłuszczu
10 dkg cebuli
5 dkg koncentratu pomidorowego 20-proc.
3 dkg mąki
2 dkg soli
2 g pieprzu
2 g papryki
60 dkg wywaru wg A-Z-5 str. 66

Element formowany	1,05 kg
Gotowa potrawa	1,80 kg
w tym mięsa	80 dkg
Porcja	180 g
w tym mięsa	80 g

Zwroty poprodukcyjne

Kości z pręgi	55 dkg
Kości z karkówki	20 dkg
Kości z biodrówki	13 dkg

Mięso umyć, usunąć błony i powięzi, pokroić w grubą kostkę (po 4—5 kawałków na porcję). Mięso oprószyć solą i pieprzem i osmażyć jedną warstwą na silnie rozgrzanym tłuszczu. Przełożyć do garnka, dodać poszatkowaną cebulę i dusić chwilę na silnym ogniu. Następnie dodać wywar i dusić pod przykryciem na wolnym ogniu. Do podduszonego mięsa dodać paprykę i koncentrat. Na końcu sos zaciągnąć mąką. Przełożyć do bemara.

Podawać z kaszą, kluskami i surówkami sezonowymi.

Uwaga: do podduszonego mięsa wołowego dodawać osmażone mięso wieprzowe.

CRS-br-m-32

Boczek pieczony

1,25 kg surowego boczku
2 dkg soli
2 g majeranku
5 g czosnku
15 dkg cebuli

Gotowa potrawa	1,20 kg
w tym boczku	80 dkg
Porcja	120 g
w tym boczku	80 g

Boczek umyć, włożyć do wrzącej, osolonej wody, obgotować. Obgotowany wyjąć, skórę naciąć w kratkę, natrzeć boczek solą wymieszaną z posiekanym czosnkiem i majerankiem. Boczek położyć na brytfannie, obłożyć pociętą w plastry cebulą. Piec w piekarniku co jakiś czas skrapiając boczek wodą. Miękki wyporcjować, zalać sosem z pieczenia i przełożyć do bemara.

Podawać z pieczywem, grochem purée, kapustą kwaszoną, ćwikłą, chrzanem.

* * *

Oprócz potraw mięsnych podanych w przepisach na zestawy obiadowe, można zastosować również przepisy z książki pt. „Przepisy kulinarne dla zakładów gastronomicznych gminnych spółdzielni” Zakład Wydawnictw CRS, Warszawa 1963, a mianowicie:

— sztuka mięsa,
— pieczeń wołowa duszona (zrazowa) w sosie naturalnym,
— sztufada wołowa,
— golonka gotowana,
— ratka wieprzowa gotowana,
— ozorki wieprzowe gotowane,
— żeberka wieprzowe gotowane,
— schab pieczony,
— gulasz z podrobów mieszanych,
— kura w rosole.

POTRAWY Z JAJ

A-j-7 i 8

Jaja sadzone na boczku lub słoninie

2	jaja	2 dkg słoniny
2 g	soli	Porcja ok. 130 g
5 dkg	boczku chudego lub	

Cienkie plastry boczku zesmażyć, ogrzewając powoli. Jaja umyć, wybić na spodek. Po częściowym wytopieniu się z boczku tłuszczu wlewać kolejno jaja na plastry boczku, zasmażyć białko, żółtko musi pozostać całe i lekko ścięte. Podawać z pieczywem, ryżem, kaszą krakowską.

A-j-10

Jajecznica naturalna

2	jaja	5 g szczypiorku (na zamówienie)
2 g	soli	Porcja ok. 100 g
15 g	tłuszczu	

Umyte jaja wybić do miseczki, dodać sól i 1 łyżkę stołową wody, rozmieszać. Tłuszcz rozgrzać na małej patelni, wlać masę i powoli zasmażać oddzielając od dna patelni duże pulchne kawałki.

Podawać z pieczywem i surówkami lub szpinakiem, fasolą szparagową, kalafiorem, zielonym groszkiem. Na zamówienie dodawać szczypiorek.

A-j-11 i 14

Jajecznica naturalna z kiełbasą lub szynką

2	jaja	Porcja ok. 130 g
1 dkg	słoniny	
3 dkg	kiełbasy lub szynki	

Kiełbasę lub szynkę pokrajać w kostkę. Potrawę wykonać i podawać wg A-j-10 (patrz wyżej).

Omlet naturalny z szynką

2 jaja
3 dkg margaryny
3 dkg szynki chudej
2 g soli

Porcja	ok. 150 g

Jaja umyć, wybić ze skorupek do miseczki, sprawdzając świeżość, dodać sól i 1 łyżkę stołową wody, rozmieszać.

Tłuszcz rozgrzać na patelni (średniej wielkości), rozłożyć pokrojoną w kostkę szynkę na całej patelni, wlać masę jajeczną, rozlewając ją równomiernie na całą patelnię, zasmażać powoli. Lekko ścięty omlet złożyć na pół lub zwinąć w rulon. Wydawać na ogrzanym talerzu z dodatkami z jarzyn gotowanych lub z surówkami i pieczywem lub ryżem, kaszą gryczaną.

3. DODATKI DO ZUP I DAŃ DRUGICH

KASZE

CRS-br-k-1

Ryż na sypko

44 dkg ryżu
3 dkg margaryny lub masła
2 dkg soli

Gotowa potrawa	ok. 1,30 kg
Porcja dodatku	
do drugiego dania	125 g
do zup	60 g

Ryż parokrotnie wypłukać w ciepłej wodzie, osączyć na sicie. Zagotować litr wody z dodatkiem tłuszczu i soli, włożyć ryż, mieszając od dna naczynia, podgotować do zagęszczenia. W piekarniku lub na chłodniejszej płycie grzejnej przetrzymać ryż przez około godzinę.

Ryż podawać do mięs białych w sosach i do zup podprawianych.

CRS-br-k-2

Kasza gryczana sypka

57 dkg kaszy prażonej
2 białka
3 dkg tłuszczu
2 dkg soli
5 dkg zielonego kopru lub pietruszki

Gotowa potrawa	ok. 1,30 kg
Porcja dodatku	
do drugiego dania	125 g
do mleka zsiadłego	250 g

Kaszę przebrać, usunąć zanieczyszczenia, kamyki i ziarna nie obłuskane. Białko lekko pobić, wymieszać z kaszą. Na blachach rozłożyć papier pergaminowy lub przetłuszczony, rozłożyć kaszę cienką warstwą, wstawić do ciepłego pieca i wysuszyć.

Na wrzącą wodę (1 litr) wsypać przestudzoną kaszę, dodać tłuszcz i sól, podgotować do zagęszczenia. Gdy kasza wchłonie wodę, przemie-

szać ją widelcem od dna, od brzegów naczynia ku środkowi. Dogotować kaszę w piekarniku niezbyt gorącym, pod przykryciem lub wstawiając garnek z kaszą do drugiego garnka, większego, z gotującą się wodą i dogotowywać ją na parze przez około 2 godziny.

Gorącą kaszę wydawać do bemara. Porcjować do mięs w sosach.

Kaszę podawaną do mleka zsiadłego trzeba dokraszać słoniną (0,5 dkg na porcję). Przed wydaniem porcji posypywać ją drobno pokrojoną zieleniną.

CRS-br-k-3

Kasza krakowska na sypko

60 dkg kaszy grubszej
0,5 jaja
1 białko
4 dkg tłuszczu
2 dkg soli
5 dkg zielonego koperku lub pietruszki

Gotowa potrawa	ok. 1,30 kg
Porcja dodatku do drugiego dania	125 g

Jajo z białkiem rozbić, kaszę przesiać, wymieszać z jajem, wysuszyć w piekarniku. Chłodną kaszę włożyć do 0,8 litra wrzącej wody, dodać tłuszcz i sól i ugotować.

Wydawać podobnie jak kaszę gryczaną (patrz przepis wyżej).

Przy wydawaniu porcji rozpulchniać kaszę widelcem.

CRS-br-k-4

Kasza jęczmienna na sypko

47 dkg kaszy jęczmiennej drobnej
3 dkg tłuszczu
2 dkg soli
5 dkg zielonej pietruszki

Gotowa potrawa	ok. 1,30 kg
Porcja dodatku	
do drugiego dania	125 g
do zup	60 g

Kaszę odsiać z pyłu mącznego, zdjąć zebrane w czasie odsiewania kaszy łuski jęczmienne. Zagotować litr wody z dodatkiem tłuszczu, wsypać kaszę, przemieszać od dna naczynia. Zagęszczoną kaszę osolić, przykryć naczynie i pozostawić do napęcznienia przez około 3 godziny w piekarniku lub na niezbyt gorącej płycie trzonu kuchennego. Wydawać do bemara.

Podawać do mięs w sosach, do grzybów, pulpetów z ryb, zup podprawianych np. grzybowej, pomidorowej.

Porcje potrawy posypywać drobno pokrojoną zieleniną.

CRS-br-k-5

Kasza perłowa na sypko

44 dkg kaszy
3 dkg tłuszczu
2 dkg soli
5 dkg zielonej pietruszki

Gotowa potrawa	**ok. 1,30 kg**
Porcja dodatku	
do drugiego dania	**125 g**
do zup	60 g

Kaszę wypłukać, osączyć na sicie. Zagotować 0,9 litra wody z dodatkiem masła, włożyć kaszę mieszając od dna naczynia. Zagęszczoną kaszę

posolić, wymieszać, przykryć naczynie. Pozostawić do napęcznienia w niezbyt wysokiej temperaturze na około 3,5 godziny.

Wydać do bemara.

Podawać do dań drugich wykończonych sosami lub do zup podprawianych.

CRS-br-k-6

Kostka z kaszy krakowskiej

28 dkg kaszy drobnej
4 dkg margaryny lub masła
2 dkg soli

Gotowa potrawa	ok. 80 dkg
Porcja dodatku do zup	80 g

Zagotować 0,8 l wody z dodatkiem tłuszczu. Na wrzącą wodę wsypać kaszę mieszając. Po zagotowaniu rozklejać przez około 10 minut na niezbyt gorącej płycie trzonu kuchennego, mieszając by się nie przypaliła, posolić. Potem naczynie przykryć i zostawić do napęcznienia na około 30 minut. Ugotowaną kaszę wyłożyć na czystą, zwilżoną zimną wodą stolnicę, uformować nożem lub zwilżonym wałkiem w czworobok grubości około 1 cm, wystudzić.

Zimną kaszę pokroić w kostkę, wydawać do gorących zup klarownych, np. rosołu, pomidorowej, grzybowej.

CRS-br-k-7

Kostka z kaszy mannej

30 dkg kaszy
3 dkg margaryny lub masła
2 dkg soli

Gotowa potrawa	ok. 85 dkg
Porcja dodatku do zup	80 g

Mannę zalać 0,3 litrem wody, zamieszać, pozostawić na około 30 minut do napęcznienia. Zagotować 0,5 litra wody z dodatkiem tłuszczu i soli, włożyć kaszę, zagotować mieszając. Dalej postępować jak w przepisie poprzednim, przy kostce z kaszy krakowskiej.

Stosować do zup klarownych: rosołu, pomidorowej, barszczu z ogórków oraz do grzybowej podprawianej.

MAKARONY I INNE DODATKI

A-c-VI-2

Makarony fabryczne luksusowe

24 dkg makaronu nitki lub
29 dkg makaronu druty lub
34 dkg makaronu rurki lub
38 dkg makaronu krajanki lub
27 dkg makaronu odżywczego nitki „Wigor" lub
38 dkg makaronu kolanka
sól

Ugotowany makaron	1,00 kg
Porcja potrawy	250 g
dodatku do drugiego dania	150 g
do zupy	80 g

Nastawić wodę licząc przeciętnie od 4 do 6 litrów na 1 kg suchego makaronu.

Makaron długi, to jest rurki i druty połamać na kawałki długości około 10 cm. Nitki zwijane przełamać i rozsypać. Połamany makaron wrzucić do wrzącej wody, zamieszać. Naczynie przykryć i gotować mieszając co pewien czas, by makaron nie przywierał do dna naczynia.

Miękki makaron wybierać cedzakiem do garnka z zimną wodą, dobrze wypłukać i odcedzić. Przed wydaniem podgrzewać makaron we wrzącej osolonej wodzie.

C-II-3

Grzanki z bułki

1,30 kg bułki
5 dkg tłuszczu

Grzanek	1,00 kg
Porcja	20 g

Bułkę pokrajać w kostkę. Tłuszcz rozgrzać na blaszce. Pokrajaną bułkę wymieszać ze stopionym tłuszczem, zrumienić w piekarniku na złoty kolor.

* * *

W dodatkach do zup czystych lub podprawionych mogą być uwzględnione słone paluszki w porcjach po 20 g.

Do dań drugich można stosować prażynki w porcjach od 30 do 70 g.

WARZYWA PODAWANE W CAŁOŚCI

CRS-br-w-6

Ogórki kwaszone

1,05 kg ogórków

Porcja dodatku	
duża	100 g
mała	50 g

Ogórki na porcje powinny być twarde i odpowiednio dobrane wielkością. Podawać nie obierane, w całości, z przyciętymi końcami. Jeśli waga ich nie odpowiada normie porcji, należy kroić ogórki w ćwiartki lub w skośne kawałki.

CRS-br-w-7

Pomidory

1 kg pomidorów

Porcja dodatku	
duża	100 g
mała	50 g

Pomidory podawane w całości muszą być z I wyboru, w pełni dojrzałe, mocno zabarwione i dobrane wielkością do normy porcji. Pomidory myć przed wydaniem. Oddzielnie podać sól.

CRS-br-w-8

Rzodkiewki

1,40 kg rzodkiewki

Oczyszczonych rzodkiewek	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	50 g
mała	25 g

Rzodkiewki oczyścić z korzonków i dużych zewnętrznych liści. Dokładnie wymyć z zanieczyszczeń. Rzodkiewki ułożyć listkami na zewnątrz talerza. Osobno podać sól. Na zamówienie dodać masło.

SURÓWKI

CRS-br-w-1

Surówka z cebuli w sosie

85 dkg cebuli
20 dkg śmietany
5 dkg koncentratu pomidorowego 20-proc.
2 dkg cukru
5 g soli

Oczyszczonej cebuli	75 dkg
Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	25 g

Cebulę obrać, opłukać, pokroić w cienkie półplastry, posolić, wymieszać. Koncentrat pomidorowy rozprowadzić śmietaną, dodać cukier i sól, wymieszać, podawać cebulę na zamówienie.

A-w-I-5

Surówka z cebuli z olejem

1,00 kg cebuli
2 dkg octu 6-proc.
6 dkg oleju
5 g soli

Oczyszczonej cebuli	90 dkg
Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	25 g

Cebulę obrać, opłukać, pokroić w cienkie półplastry, posolić, dodać ocet, wymieszać, polać po wierzchu olejem.

CRS-br-w-2

Surówka z cebuli z olejem

1,20 kg kapusty cukrowej
0,25 l zakwasu z buraków wg A-Z-11 str. 67
10 dkg cebuli
5 dkg oleju
1 dkg cukru
5 g soli
1 g pieprzu

Oczyszczonej kapusty	85 dkg
Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	100 g

Kapustę oczyścić, umyć, osączyć, pokroić w cienki makaron, rozłożyć na stolnicy na 15 minut, by zwiotczała. Następnie przełożyć kapustę do miski, polać zakwasem z buraków, wymieszać, pozostawić kilka minut. Po zabarwieniu się kapusty, odsączyć ją przez cedzak, dodać pokrojoną w kostkę cebulę i przyprawy, wymieszać. Po upływie 15 minut wydawać.

A-w-I-14

Surówka z kapusty białej z olejem

1,10 kg kapusty cukrowej
15 dkg cebuli
5 dkg oleju
2 dkg musztardy
2 dkg octu 6-proc.
2 dkg cukru
5 g soli

Oczyszczonej kapusty	80 dkg
Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	100 g

Kapustę umyć, poszatkować w cienki makaron, rozrzucić na 15 minut, aby zwiotczała. Cebulę pokroić w kostkę, dodać do kapusty. Posolić, dodać musztardę, ocet i cukier, wymieszać. Na końcu wlać olej, wymieszać.

CRS-br-w-3

Surówka z kapusty kwaszonej z marchewką i jabłkami

75 dkg kapusty
13 dkg marchwi
13 dkg jabłek
1 dkg cukru
5 dkg oleju
5 dkg szczypiorku lub zielonej pietruszki

Oczyszczonej marchwi	10 dkg
Oczyszczonych jabłek	10 dkg
Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	100 g
mała	50 g

Kapustę pokroić drobno. Marchew i jabłka oczyścić, marchew zetrzeć na drobne wiórki, jabłka pokroić w kostkę, połączyć z kapustą, doprawić cukrem, olejem i oczyszczoną, drobno pokrojoną zieleniną.

A-w-I-29

Surówka z kapusty kwaszonej barwiona

75 dkg kapusty
15 dkg cebuli
20 dkg buraków ćwikłowych
1 dkg cukru
5 dkg oleju
2 g pieprzu

Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	100 g

Buraki po oczyszczeniu zetrzeć na miazgę, wycisnąć sok. Z kapusty odcisnąć sok, pokroić ją na drobne części, wymieszać z sokiem z buraków, drobno pokrojoną cebulą i przyprawami.

A-w-I-38

Surówka z ogórków naturalna

1,35 kg ogórków świeżych
5 g soli
5 g pieprzu
2 dkg zielonego koperku lub szczypiorku

Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	100 g

Ogórki równej wielkości umyć, obrać, wyporcjować w skośne kawałki, posypać drobno pokrojoną zieleniną. Sól i pieprz podać osobno.

A-w-I-50

Surówka z porów

1,50 kg porów (bez liści)
5 g cukru
3 g soli
20 dkg sosu majonezowego wg A- S-III-1 str. 68 lub
20 dkg śmietany (gęstej)
3 dkg musztardy

Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	100 g
mała	50 g

Oczyszczone i opłukane pory pokroić w słomkę, posypać solą i cukrem, wymieszać lekko. Przed podaniem polewać sosem lub śmietaną wymieszaną z musztardą, lekko wymieszać.

A-w-I-53

Surówka z porów z sosem pomidorowym

1,50 kg porów (bez liści)
15 dkg śmietany (gęstej)
3 dkg koncentratu pomidorowego 20-proc.
2 dkg cukru
5 g soli

Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	100 g
mała	50 g

Surówkę wykonać wg przepisu A-w-I-50 (patrz wyżej).
Koncentrat pomidorowy wymieszać ze śmietaną i częścią cukru, polać pokrojone pory.

CRS-br-w-4

Sałata zielona naturalna

1,30 kg sałaty głowiastej
5 dkg koperku zielonego
5 g soli

Sałaty oczyszczonej	1,00 kg
Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	50 g
mała	25 g

Sałatę przebrać, dokładnie wypłukać, osączyć nie wyciskając, podzielić na porcje. Sól i zieleninę podać oddzielnie.

A-w-I-60

Sałata zielona z olejem

1,25 kg sałaty głowiastej
5 dkg oleju
2 dkg octu 6-proc.
1 dkg cukru
5 dkg koperku zielonego
5 g soli

Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	50 g
mała	25 g

Sałatę otrząsnąć z wody nie wyciskając, podzielić na porcje. Olej wymieszać z octem, cukrem, skropić wyporcjowaną sałatę, posypać pokrojoną zieleniną.

CRS-br-w-5

Sałata zielona z majonezem lub śmietaną

1,10 kg sałaty
5 dkg koperku zielonego lub szczypiorku
20 dkg majonezu wg A-s-III-1 str. 68 lub
20 dkg śmietany (gęstej)
1 dkg cukru
2 dkg octu 6-proc.
5 g soli

Oczyszczonej sałaty	88 dkg
Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	100 g
mała	50 g

Sałatę przygotowaną w sposób podany wyżej i wyporcjowaną posypać drobno pokrojoną zieleniną. Przed wydaniem polać majonezem lub śmietaną wymieszaną z dodatkami.

SAŁATKI

A-w-II-9

Sałatka z cebuli

1 kg cebuli cukrowej
10 dkg oleju
5 dkg octu
1 dkg cukru
5 g soli
1 g pieprzu
5 dkg sałaty zielonej lub koperku

Obranej cebuli	90 dkg
Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	100 g
mała	50 g

Cebulę obrać, pokroić w cienkie krążki, włożyć na patelnię lub do rondelka, dodać połowę oleju i octu, posolić, ogrzewać na niezbyt gorącej płycie do zmiękczenia, wystudzić.
Przygotować 0,16 litra przegotowanej i wystudzonej wody, dodać resztę oleju i octu, dodać cukier, sól i pieprz, wymieszać na zaprawę. Cebulę wyporcjować, skropić zaprawą, udekorować zieleniną.

A-w-II-10

Sałatka z cebuli ze śmietaną

1 kg cebuli cukrowej
5 g soli
3 dkg octu
3 dkg oleju
20 dkg śmietany
1 dkg cukru
2 g pieprzu
3 dkg zielonej pietruszki

Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	100 g
mała	50 g

Cebulę przygotować na sałatkę wg przepisu A-w-II-9 (patrz wyżej). Śmietanę wymieszać z cukrem i solą, polewać porcje przed wydaniem i posypywać drobno pokrojoną pietruszkę.

A-w-II-29

Sałatka z selerów mieszana

65 dkg selerów
30 dkg ziemniaków
15 dkg jabłek
10 dkg ogórków kwaszonych
5 dkg soli
3 dkg octu
20 dkg sosu majonezowego wg A-s-III-1 str. 68
3 dkg zielonego koperku lub pietruszki

Ugotowanych i obranych selerów	40 dkg
Ziemniaków	20 dkg
Obranych jabłek	10 dkg
Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	100 g
mała	50 g

Selery i ziemniaki wyszorować, zalać gorącą wodą, posolić, ugotować (oddzielnie). Po wystudzeniu obrać, pokroić w drobną kostkę. Jabłka i ogórki obrać, pokroić w kostkę, wymieszać wszystkie warzywa, skropić octem, dodać sosu majonezowego i sól do smaku, wymieszać. Przed podaniem posypywać porcje drobno pokrojoną zieleniną.

WARZYWA GOTOWANE

A-w-III-19

Buraki z chrzanem i śmietaną

1 kg buraków
3 dkg margaryny
2 dkg mąki
15 dkg śmietany
5 dkg soli
3 dkg octu
2 dkg cukru
10 dkg chrzanu

Ugotowanych i obranych buraków	78 dkg
Utartego chrzanu	8 dkg
Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	200 g
mała	100 g

Buraki uszorować w bieżącej wodzie, zalać gorącą wodą, osolić, ugotować, wystudzić, obrać, rozdrobnić, podgrzać. Chrzan oczyścić i zetrzeć na miazgę, skropić octem, doprawić solą i cukrem do smaku.
Z margaryny i mąki przygotować białą zasmażkę, rozprowadzić śmietaną, połączyć z gorącymi buraczkami, zagotować i doprawić do smaku solą, cukrem, octem. Przed wydaniem dodać chrzan i wymieszać.

A-w-III-21

Buraki z jabłkami

80 dkg buraków
6 dkg tłuszczu
2 dkg cebuli
2 dkg mąki
25 dkg jabłek kwaśnych
5 dkg soli
1 dkg cukru

Obranych i ugotowanych buraków	62 dkg
Oczyszczonych jabłek	18 dkg
Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	2,00 g
mała	1,00 g

Buraki przygotować wg A-w-III-19 (patrz powyżej). Jabłka po oczyszczeniu zetrzeć na wiórki. Na rozgrzanym tłuszczu zasmażyć drobno pokrojoną cebulę z mąką, połączyć z gorącymi burakami, doprawić solą i cukrem do smaku, połączyć z jabłkami, zagotować, wydać do bemara.

A-w-III-22 i 23

Buraki z ogórkami kwaszonymi lub rabarbarem

80 dkg buraków
6 dkg tłuszczu
4 dkg cebuli
2 dkg mąki
5 dkg soli
20 dkg ogórków i
2 dkg cukru lub
20 dkg rabarbaru i
3 dkg cukru

Oczyszczonego rabarbaru	18 dkg
Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	200 g
mała	100 g

Przygotować buraki wg A-w-III-21 str. 58. Zamiast jabłek dodać ogórki lub rabarbar.

CRS-br-w-9

Sałatka z cebuli w sosie pomidorowym

1 kg cebuli cukrowej
5 g soli
3 dkg koncentratu pomidorowego 20-proc.
3 dkg oleju
20 dkg śmietany
1 dkg cukru
2 g papryki
5 dkg liści sałaty

Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	100 g
mała	50 g

Cebulę pokrojoną na sałatkę zasmażyć z olejem i koncentratem pomidorowym, papryką i częścią soli. Wykończyć wg przepisu A-w-II-10, ułożyć na liściach sałaty.

A-w-II-20

Sałatka z kapusty czerwonej z ogórkami kwaszonymi

95 dkg kapusty
3 dkg cukru
5 g soli
5 dkg octu 6-proc.
15 dkg ogórków
10 dkg cebuli
6 dkg oleju

Oczyszczonej kapusty	73 dkg
Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	100 g
mała	50 g

Oczyszczoną kapustę poszatkować w cienką słomkę, posolić, skropić octem z dodatkiem 0,16 l wody, posypać cukrem i ogrzewać w rondlu przez 10—15 minut, aż kapusta nieco zmięknie. Ogórki pokroić w cienkie słupki lub paski, cebulę w drobną kostkę, połączyć dodatki z wystudzoną kapustą i wymieszać z olejem.

A-w-II-27

Sałatka z selerów

1,30 kg selerów
5 g soli
5 dkg octu 6-proc.
2 dkg cukru
6 dkg oleju
3 dkg kopru zielonego, pietruszki lub szczypiorku

Ugotowanych i obranych selerów	80 dkg
Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	100 g
mała	50 g

Selery oczyścić z korzonków, wyszorować, zalać gorącą wodą, posolić, ugotować. Miękkie, lecz nie przegotowane selery, wyjąć, wystudzić, obrać, pokroić w słupki lub grubą kostkę. Olej wymieszać z drobno pokrojoną zielelniną, podprawić octem i cukrem, wymieszać z selerami.

A-w-III-24

Cebula glazurowana

1,35 kg cebuli drobnej
10 dkg margaryny
2 dkg cukru
5 g soli

Obranej cebuli	1,22 kg
Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	100 g
mała	50 g

Drobną cebulę obrać. Z cukru zrobić słaby karmel, wkładać cebulkę potrząsając rondlem, aby ze wszystkich stron umoczyła się w karmelu, dodać masło, lekko obrumienić, skropić wodą, wstawić do piekarnika pod przykryciem i przetrzymać, aż cebula zmięknie.

A-w-III-26

Cebula duszona z jabłkami

1,20 kg cebuli
12 dkg słoniny
5 g soli
5 dkg margaryny lub masła
25 dkg jabłek

Obranej cebuli	1,08 kg
Obranych jabłek	19 dkg
Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	100 g
mała	50 g

Oczyszczoną cebulę pokroić w półkrążki, wyłożyć na gorący tłuszcz, lekko zrumienić. Podlać małą ilością wywaru lub wody, posolić, poddusić, dodać jabłka starte na wiórki, jeszcze chwilę poddusić razem, dodać margarynę lub masło, odstawić.

A-w-III-28

Cebula duszona z pomidorami

1,40 kg cebuli i
8 dkg koncentratu pomidorowego 20-proc. lub też
1 kg cebuli i
25 dkg pomidorów świeżych
12 dkg słoniny
5 g soli
2 g papryki
5 dkg margaryny lub masła

Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	100 g
mała	50 g

Obraną cebulę pokroić w cząstki, zrumienić lekko na stopionej słoninie, skropić małą ilością wody, poddusić, dodać koncentrat pomidorowy lub pomidory świeże pokrojone w cząstki, margarynę lub masło, zagrzać do zagotowania, odstawić.

A-w-III-30

Cebula duszona w śmietanie z pomidorami

1,20 kg cebuli
10 dkg tłuszczu
5 g soli
1 g pieprzu
5 dkg koncentratu pomidorowego 20-proc.
15 dkg śmietany

Obranej cebuli	1,08 kg
Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	100 g
mała	50 g

Cebulę przygotować wg A-w-II-28 (patrz str. 60). Do miękkiej cebuli dodać śmietanę, zagotować, odstawić.

A-w-III-34

Dynia po grecku

1,25 kg dyni
1 dkg soli
3 g papryki
2 dkg mąki
5 dkg tłuszczu
55 dkg sosu greckiego wg A-s-III-7 str. 69
5 dkg zielonej pietruszki

Dyni oczyszczonej	75 dkg
Dyni obrumienionej	50 dkg
Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	200 g
mała	100 g

Dynię oczyszczoną wyporcjować w równe, prostokątne kawałki, oprószyć solą, mąką i papryką, smażyć na gorącym tłuszczu do lekkiego zrumienienia, skropić wodą, przykryć naczynie, wstawić do gorącego piekarnika na około 10 minut. Zalać gorącym sosem greckim, wydać do bemara.
Przed wydaniem porcje posypywać drobno posiekaną pietruszką.

A-w-III-36

Dynia duszona w sosie ogórkowym

1,50 kg dyni
6 dkg margaryny
5 dkg cebuli
20 dkg kwasu z ogórków
15 dkg śmietany
3 dkg mąki
3 dkg koperku zielonego
1 dkg cukru

Oczyszczonej dyni	90 dkg
Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	200 g
mała	100 g

Oczyszczoną dynię pokroić w grube słupki długości 4—5 cm. Cebulę drobno pokroić, udusić na tłuszczu, dodać dynię, kwas ogórkowy, sól i poddusić. Do półmiękkiej dyni dodać podprawę śmietany z mąką, zagotować, doprawić do smaku, solą i cukrem. Wydawać do bemara.
Wydawane porcje posypywać drobno pokrojonym koperkiem.

A-w-III-38

Dynia po węgiersku

1 kg dyni
1 dkg soli
2 g papryki
2 dkg mąki
5 dkg tłuszczu
50 dkg sosu węgierskiego wg A-s-I-5 str. 69
5 dkg koperku zielonego

Oczyszczonej dyni	60 dkg
Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	200 g
mała	100 g

Przygotować potrawę wg A-w-III-34 (jak wyżej).

A-w-III-47

Groch zielony

1 kg groszku zielonego świeżego lub mrożonego
1 dkg soli
1 dkg cukru
5 dkg margaryny

Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	100 g

Groszek ugotować w małej ilości wody z dodatkiem soli i cukru (woda powinna się wygotować), dodać tłuszcz, wymieszać. Wydawać na gorąco.

A-w-III-49

Groch sypki

40 dkg grochu cukrowego
1 dkg soli
8 dkg tłuszczu
2 dkg cebuli

Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	200 g
mała	100 g

Groch zalać 0,9 litrem gorącej wody, gotować powoli, miękki posolić. Pozostałą wodę z ugotowanego grochu wycedzić. Groch polać tłuszczem z zasmażoną, drobno skrojoną cebulką. Wydać gorący do bemara

A-w-III-50

Groch mielony

50 dkg grochu mielonego
1 dkg soli
8 dkg tłuszczu
2 dkg cebuli

Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	200 g
mała	100 g

Groch zalać litrem gorącej wody, gotować powoli do wygotowania się wody, posolić. Miękki groch zemleć, podgrzać masę do 100°C.
Porcje polewać tłuszczem z przesmażoną cebulą.

A-w-III-78

Kapusta biała z ogórkami kwaszonymi

85 dkg kapusty cukrowej
4 dkg cebuli
6 dkg tłuszczu
2 dkg mąki
25 dkg ogórków
2 dkg cukru
2 dkg soli
5 g kopru (nasion)

Oczyszczonej kapusty	62 dkg
Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	200 g
mała	100 g

Kapustę oczyścić, obmyć, poszatkować, ugotować w małej ilości wody z dodatkiem 2 dkg tłuszczu. Przygotować zasmażkę z drobno pokrojoną cebulą, połączyć z kapustą i startymi ogórkami, zagotować, dodać koper, wymieszać. Wydać do bemara.

A-w-III-80

Kapusta biała z pomidorami i jabłkami

85 dkg kapusty cukrowej
4 dkg cebuli
6 dkg tłuszczu
2 dkg mąki
2 dkg soli
2 dkg cukru
12 dkg pomidorów lub
3 dkg koncentratu pomidorowego 20-proc.
15 dkg jabłek

Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	200 g
mała	100 g

Przygotować kapustę wg A-w-III-78 (patrz str. 62). Dodać rozdrobnione jabłka i przecier z pomidorów lub koncentrat, zagotować, wydawać.

A-w-III-81

Kapusta biała z rabarbarem lub jabłkami

85 dkg kapusty cukrowej
4 dkg cebuli
6 dkg tłuszczu
2 dkg mąki
2 dkg cukru
2 dkg soli
15 dkg rabarbaru
25 dkg jabłek

Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	200 g
mała	100 g

Kapustę przygotować wg A-w-III-78. Dodać oczyszczony i drobno pokrojony rabarbar lub jabłka, zagotować, wydawać potrawę.

A-w-III-91

Kapusta kwaszona po litewsku

1,10 kg kapusty kwaszonej
10 dkg cebuli
10 dkg tłuszczu
1 g pieprzu

Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	200 g
mała	100 g

Kapustę drobno pokroić. Cebulę drobno pokrojoną zasmażyć na gorącym tłuszczu, dodać pieprz i kapustę, podgrzać, wydawać gorącą. Można podgrzewać na zamówienie.

A-w-III-94

Kapusta kwaszona z grzybami

80 dkg kapusty kwaszonej
2 dkg grzybów suszonych
6 dkg cebuli
6 dkg tłuszczu
3 dkg mąki
1 dkg soli
1 g pieprzu
0,5 g liści laurowych

Gotowa potrawa	1,00 kg
Porcja dodatku	
duża	200 g
mała	100 g

Grzyby dokładnie umyć, podgotować w małej ilości wody.
Kapustę przekroić kilkakrotnie, ugotować w małej ilości wody, dodać grzyby pokrojone w paseczki wraz z wywarem oraz przyprawy. Przygotować lekko rumianą zasmażkę z tłuszczu, cebulki drobno skrojonej i mąki, połączyć z kapustą, zagotować, doprawić solą do smaku.

CRS-br-w-10

Ziemniaki pieczone

6 kg ziemniaków
3 dkg soli

Ziemniaków obranych	3,90 kg
Ziemniaków upieczonych gorących	3,10 kg
Porcja dodatku	
duża	300 g
mała	150 g

Wybrać ziemniaki równej wielkości, umyć, cienko obrać, opłukać. Upiec na brytfance w gorącym piecu, skrapiać często wodą, w czasie pieczenia posolić. Piec ziemniaki w miarę potrzeby, wydawać gorące.

CRS-br-w-11

Pyzy ziemniaczane

5,60 kg ziemniaków
5 dkg mąki ziemniaczanej
2 dkg soli
5 dkg tłuszczu
2 dkg cebuli

Ziemniaków obranych	3,40 kg
ugotowanych	1,10 kg
wyciśniętych	1,00 kg
Pyzów uformowanych	2,10 kg
ugotowanych	2,05 kg
Porcja dodatku	
duża	200 g
mała	100 g

Ziemniaki obrać w obieraczce lub ręcznie. Ugotować trzecią część obranych ziemniaków, wystudzić, rozetrzeć. Resztę ziemniaków zetrzeć, wycisnąć, dodać ziemniaki gotowane, mąkę ziemniaczaną i krochmal z wody ziemniaczanej, posolić miazgę, wyrobić. Zwilżonymi w wodzie rękami wyrabiać okrągłe, drobne pyzy, ugotować w osolonej wodzie, polać tłuszczem z przesmażoną cebulą, wydać do bemara.

Pyzy można rozgrzewać w gorącej wodzie w miarę wydawania do bemara.

CRS-br-w-12

Kluski ziemniaczane

3 kg ziemniaków
65 dkg mąki pszennej
6 dkg mąki ziemniaczanej
3 jaja
10 dkg tłuszczu
3 dkg soli

Ziemniaków obranych	1,95 kg
Ziemniaków ugotowanych i zmielonych	1,90 kg
Gotowa potrawa	2,60 kg
Porcja dodatku	
duża	250 g
mała	150 g

Obrane ziemniaki ugotować, odcedzić, odparować, przestudzić. Ziemniaki przestudzone zemleć, dodać rozmieszane jaja, wymieszać bez ugniatania, dodać mąkę pszenną i ziemniaczaną, lekko wymieszać łopatką.

Ciasto ziemniaczane wyrabiać partiami (surowe ciasto szybko rzednie i rozpływa się w czasie gotowania).

Z ciasta formować wałki i ciąć skośne kawałki lub wyrabiać okrągłe, z wierzchu wklęsłe pyzy. Kluski gotować na osolonej wodzie, dokładnie wycedzać z wody, gorące polać tłuszczem, wydać do bemara.

Kluski ugotowane można wystudzić rozłożone cienką warstwą w brytfannach i w miarę potrzeby rozgrzewać je w gorącej wodzie, polewać tłuszczem i wydawać jako dodatek do potraw podstawowych z jaj i mięs.

* * *

Oprócz podanych przepisów na potrawy z warzyw w tym rozdziale, można również stosować dodatki do potraw podstawowych według następujących przepisów zawartych w książce pt. „Przepisy kulinarne dla zakładów gastronomicznych gminnych spółdzielni":

— surówka z kapusty białej mieszana,
— surówka z kapusty kwaszonej naturalna,
— surówka z kapusty kwaszonej z cebulą i olejem,
— surówka z kapusty kwaszonej z marchwią,
— surówka z marchwi z chrzanem,
— mizeria z octem,
— mizeria ze śmietaną,
— surówka z ogórków kwaszonych z cebulą,
— sałata zielona z octem,
— ćwikła z chrzanem,
— sałatka z kapusty czerwonej,
— buraki ze śmietaną,
— kalafior z wody,
— kapusta biała zasmażana,
— kapusta biała z pomidorami,
— kapusta kwaszona zasmażana,
— kapusta brukselska z wody,
— marchew oprószana,
— marchew zasmażana,
— marchew z groszkiem zielonym,
— fasola sypka z wody,
— ziemniaki z wody,
— ziemniaki tłuczone.

4. PRZEPISY POMOCNICZE

A-Z-1

Włoszczyzna do zup

(normatyw surowcowy na 1 kg)

	Brutto	Netto	Odpadki
Marchwi	35 dkg	26 dkg	26%
Pietruszki	15 dkg	12 dkg	21%
Porów	30 dkg	26 dkg	45%
Selerów	20 dkg	12 dkg	38%

A-Z-2

Włoszczyzna z kapustą

	Brutto	Netto	Odpadki
Selerów	15 dkg	10 dkg	38%
Cebuli	15 dkg	13 dkg	15%
Porów lub	25 dkg	14 dkg	45%
Pietruszki	10 dkg	8 dkg	21%
Marchwi	25 dkg	19 dkg	26%
Kapusty	25 dkg	16 dkg	27%

A-Z-5

Wywar jarski do zup

20 dkg marchwi
10 dkg pietruszki
15 dkg porów
10 dkg selerów
5 g grzybów suszonych
5,4 l wody
4,5 dkg soli

Gotowy wywar	5 l
Ubytki	5 %

Umytą włoszczyznę starannie oczyścić i wypłukać. Nie przekrawać wzdłuż, a tylko większe sztuki przekroić w poprzek 1—2 razy, zależnie od wielkości.

Suszone grzyby namoczyć w letniej wodzie na kilkanaście minut, po czym starannie umyć zmieniając kilkakrotnie wodę, podgotować.

Przygotowaną włoszczyznę oraz grzyby i przyprawy włożyć do odmierzonej ilości gorącej wody i wolno gotować pod przykryciem około 40 minut, licząc od zagotowania. Wywar posolić dopiero po zagotowaniu.

Ugotowany wywar przecedzić.

A-Z-7

Wywar z kości do zup

1,25 kg kości wołowych i wieprzowych
5,75 l wody
12 dkg marchwi
5 dkg pietruszki
10 dkg porów
8 dkg selerów
5 dkg soli
0,1 g ziela angielskiego
0,1 g pieprzu
0,1 g liści laurowych

Gotowy wywar	5 l
Ubytki	12,5 %

Kości starannie opłukać, w razie potrzeby porąbać, po czym włożyć do odmierzonej ilości zimnej wody i wolno doprowadzić do zagotowania.
Wywar gotować bardzo wolno przez 3,5 godziny, następnie dodać przygotowaną włoszczyznę oraz przyprawy i w dalszym ciągu wolno gotować przez 45 minut.
Jeżeli ilość tłuszczu wygotowanego z kości jest zbyt duża, należy go częściowo żebrać i na świeżo zużyć do innych potraw.
Ugotowany wywar przecedzić przez gęste sito.
Pozostałą włoszczyznę można wykorzystać do przyrządzania sałatek.

A-Z-11

Zakwas z buraków na barszcz

4 kg buraków ćwikłowych
5,2 l przegotowanej wody
3 dkg cukru
1 dkg czosnku
2 dkg skórki z razowego chleba

Gotowy zakwas	5 l
Ubytki	2 %

Buraki umyć szczotką do jarzyn, obrać ze skórki, opłukać, pokrajać w krążki grubości 0,5 cm. Włożyć do wyparzonego kamiennego garnka, przekładając obranym czosnkiem. Do przegotowanej wody (o temperaturze około 50°) dodać cukier, zamieszać i wlać do garnka tyle wody, aby pokryła powierzchnię buraków przynajmniej na 5 cm. Włożyć skórkę z chleba, garnek przykryć pojedynczą warstwą gazy i pozostawić w temperaturze około 20°C na 4—5 dni.
Zakwaszony barszcz, jeśli nie jest zaraz użyty, należy zlać do czystych butelek lub gąsiorów, szczelnie zakorkować. Można przechowywać przez kilka tygodni w miejscu zaciemnionym w temperaturze około 5°C.
Po scedzeniu barszczu buraki raz jeszcze można zalać letnią przegotowąną wodą, a otrzyma się wtórny zakwas o nieco mniejszej mocy.
Przy kwaszeniu większych ilości barszczu, na burakach należy położyć wyparzone drewniane poprzeczki i obciążyć je, by buraki nie podpływały.

A-Z-12

Zakwas na żur

1,25 kg mąki razowej, żytniej lub owsianej lub
1 kg płatków owsianych
6 l przegotowanej wody
6 dkg czosnku lub
10 dkg cebuli

Gotowy zakwas	5 l
Ubytki	17 %

Do wyparzonego garnka kamiennego wsypać mąkę i rozmieszać z częścią przegotowanej wody (o temperaturze około 50°C). Następnie dodać resztę wody i pokrajaną cebulę lub czosnek.
Powierzchnię słoja przykryć gazą i pozostawić w temperaturze około 20°C na 4—5 dni od przefermentowania.
Zakwaszony żur, zarówno płyn, jak i mąkę, używać do sporządzania zalewajki lub żuru.
Natomiast samym płynem można dokwaszać barszcze lub zupy o smaku kwaśnym.

A-m-VI-2

Zalewa z octu do mięsa (bejc)

2,5 l wody
40 dkg cebuli
1 g liści laurowych
2 g ziela angielskiego

2 l octu

Na 10 kg mięsa bez kości

Zagotować wodę z octem, liśćmi laurowymi, pokrajaną w talarki cebulą i zmiażdżonym zielem angielskim. Po zagotowaniu odstawić i ostudzić. Mięso opłukać, ułożyć ciasno w garnku lub misie porcelanowej albo kamiennej, zalać zimną zalewą, nakryć i przechowywać w chłodnym miejscu 2—3 dni w temperaturze nie wyższej niż 7°C.

A-m-VI-3

Zalewa do peklowania mięsa (laka)

2 l wody
20 dkg soli
2 dkg saletry
5 dkg cukru
2 g liści laurowych
2 dkg ziela angielskiego

4 goździki
1 dkg kolendru
2 g rozmarynu

Na 10 kg mięsa bez kości

Połowę zmiażdżonych przypraw, soli i saletry wetrzeć w mięso. Mięso ułożyć warstwami, skórą do spodu, w ciasnym naczyniu emaliowanym, nieobitym, dopasowanym wielkością do ilości mięsa. Drugą połowę soli, saletry i przypraw wymieszać z przegotowaną zimną wodą, zalać mięso i przycisnąć krążkiem drewnianym lub pokrywą, silnie obciążyć. Co drugi dzień każdy kawałek mięsa przewracać zmieniając nie tylko jego położenie, ale i miejsce. Trzymać w chłodnym miejscu w temperaturze nie wyższej niż 7°C przez 10—20 dni.

A-s-III-1

Sos majonezowy

90 dkg oleju rafinowanego
4 żółtka jaj
6 g soli
2 dkg octu
2 dkg cukru

2 dkg musztardy

Sosu	1,03 kg
Porcja	100 g

Żółtka wymieszać z połową ilości octu i musztardy, następnie ubijać je trzepaczką do bicia piany, dolewając po trochu olej. Sos mieszać w jedną stronę, olej dodawać malutkimi porcjami, po kilka kropli, aby majonez nie zważył się. Po zmieszaniu dodać ocet, sól, musztardę, cukier do smaku. Przechowywać w chłodnym miejscu w naczyniu porcelanowym lub szklanym. Jeżeli sos się zważy, rozmieszać żółtko i ucierać sos na nowo dodając do żółtka malutkie porcje zważonego majonezu. Ucierać powoli, w jedną stronę.

A-s-III-7

Sos grecki

10 dkg oleju rafinowanego
45 dkg marchwi
15 dkg pietruszki
30 dkg selera
20 dkg cebuli
12 dkg koncentratu pomidorowego 20-proc.
1 dkg soli
2 dkg cukru
1 g papryki
1 g ziela angielskiego
5 g liści laurowych
5 dkg musztardy

Sosu	1,03 kg
Porcja	100 g

Jarzyny opłukać, pokrajać w drobną kostkę. Rozgrzać olej, włożyć jarzyny i przyprawy, podsmażyć na oleju. Przy końcu smażenia, gdy jarzyny zaczynają lekko rumienić się, dodać koncentrat pomidorowy, wymieszać go z jarzynami i razem podsmażyć.

Następnie jarzyny z sosem przełożyć z patelni do rondelka, skropić wodą, dodać sól i cukier do smaku i ugotować do miękkości.

Miękkie jarzyny wymieszać z musztardą i dodać tylko tyle gotowanej wody, aby sos nieznacznie podpływał.

A-s-I-5

Sos węgierski

6 dkg smalcu
10 dkg cebuli
6 dkg mąki
12 dkg koncentratu pomidorowego 20-proc.
20 dkg śmietany
2 dkg soli
3 g papryki
0,6 l wywaru wg A-Z-7 str. 66

Sosu	1,03 kg
Porcja	100 g

Cebulę obrać, opłukać. pokroić drobno, udusić na tłuszczu. Dodać mąkę, zasmażyć. Rozprowadzić wywarem dodając koncentrat pomidorowy, paprykę, sól. Zagotować. Przetrzeć przez sito, zlać do naczynia, przykryć, wstawić do bemara.

Część III

DOBÓR DAŃ GARMAŻERYJNYCH DLA BARÓW

Dania garmażeryjne obok gorących dań barowych, stanowią podstawowy asortyment potraw sprzedawanych w barach. Dostosowanie asortymentu dań garmażeryjnych do wymagań konsumentów stanowi gwarancję ich popularności i powodzenia.

Asortyment dań garmażeryjnych powinien być jak najbardziej zróżnicowany i obejmować małe porcje przekąsek, takich jak korki śledziowe, śledzie w oliwie, kanapki, ryby i mięsa w galarecie, sery, twarogi, jaja w sosach i galaretach mięsnych. Dania garmażeryjne mogą stanowić dla konsumentów barów posiłki śniadaniowe i kolacyjne lub też przystawki do posiłków obiadowych.

Dania garmażeryjne sporządzane są z surowców stanowiących bardzo dobrą pożywkę dla rozwoju drobnoustrojów. Z tych względów należy zwracać specjalną uwagę na higienę przy produkcji, na czystość rąk, stanowisk pracy i sprzętu do obróbki brudnej i czystej oraz wychładzanie półfabrykatów do temperatury niższej niż temperatura otoczenia i przetrzymywanie ich po schłodzeniu w jak najbardziej higienicznych warunkach.

Czystość rąk i sprzętu ma szczególne znaczenie przy łączeniu półfabrykatów w potrawy i przy porcjowaniu.

Z tego też powodu dania garmażeryjne produkowane do sprzedaży na miejscu w zakładzie gastronomicznym lub też dostarczane z innego zakładu powinny być szczególnie chronione przed zbyt wysoką temperaturą i nadmierną wilgocią, które sprzyjają rozwojowi bakterii.

Szczególną uwagę należy zwrócić na surowce stosowane do dekoracji oraz dopuszczalne barwniki i zestawienia kolorystyczne.

Surowce do dekoracji powinny być dobrane pod względem smakowym do rodzaju wyrobu garmażeryjnego. Wyroby garmażeryjne powinny być estetycznie ułożone na półmiskach wypolerowanych do połysku.

Dekoracja powinna być minimalna, artystycznie akcentująca rodzaj wyrobu garmażeryjnego doborem koloru i rysunku.

W układzie wieloporcjowym należy przestrzegać zasady dekorowania każdej porcji, aby półmisek z wyrobami nie tracił na estetycznym wyglądzie przy pobieraniu porcji do sprzedaży.

Należy wykluczyć dekoracje ciężkie, z drogich surowców, wypełniające po brzegi półmiski, a często pokrywające całkowicie wyrób garmażeryjny. Dekoracje tego rodzaju podnoszą tylko cenę wyrobu garmażeryjnego, a nie jego estetykę.

Dania garmażeryjne dostarczane do zakładów z zewnątrz, powinny być na czas transportu odpowiednio opakowane i przewożone w specjalnie do tego celu przeznaczonych środkach transportowych. W każdym razie muszą być bezwzględnie zachowane i przestrzegane przepisy sanitarno-higieniczne oraz zabezpieczone takie warunki, aby porcje w czasie transportu nie zgniotły się lub nie zdeformowały.

1. PRZEKĄSKI RYBNE

Przekąski rybne są potrawami zimnymi bardzo poszukiwanymi przez konsumentów i cieszą się powodzeniem w każdej porze dnia.

Opracowane przepisy kulinarne na przekąski rybne obejmują przepisy na przekąski ze śledzi oraz potrawy z ryb atlantyckich najczęściej spotykanych na rynku, jak halibut, karmazyn, dorsz, płastuga, ostrobok, tasergal.

Przekąski ze śledzi są wykonywane ze śledzi solonych. Po okresie dojrzewania (bez dostępu powietrza) są one jadalne bez obróbki cieplnej. W barach, w których można urządzić stanowisko do obróbki śledzi, można wykonywać niektóre dania, jak śledzie w oleju, korki lub kulki ze śledzi, śledzie marynowane, śledzie zwijane (rolmopsy). Sporządzanie zakąsek ze śledzi w barze, który jest w kooperacji z zakładem o pełnej działalności, należy traktować jako dorywcze uzupełnienie w przypadku zahamowania dostawy.

Wyroby ze śledzi dostarczane są i przetrzymywane w naczyniach kamionkowych lub z porcelitu, ponieważ są trwałe i nieporowate.

Wyroby ze śledzi w oleju, marynowane i zwijane, można przetrzymywać do 4 dni, jeżeli będą one w niskiej temperaturze (od 6 do 12°C). Inne dania ze śledzi powinny być sporządzane do sprzedaży na okres jednego dnia.

Porcje śledzi mogą być zróżnicowane w zależności od rodzaju przekąski. W przepisach przyjęto wagę porcji 50 g. Normatyw na potrawy ze śledzi oparty jest na surowcu, którym są śledzie

nieogłowione, o przeciętnej wadze 5 sztuk — 20 dkg. Do normatywu przyjęto 1 kg surowca. W przypadku dysponowania śledziami o różnej wielkości, przy ustalaniu wydajności należy przyjąć następujące ubytki: przy śledziach nieogłowionych głowa stanowi około 20%, wnętrzności, kręgosłup i skóra 30%. Tak więc śledź w filetach bez ości i skóry, stanowi 50% śledzi nieogłowionych. Aby otrzymać 1 kg śledzi wypatroszonych, bez ości i skóry, należy wziąć: śledzi nieogłowionych 2 kg, a śledzi ogłowionych, lecz nie patroszonych 1,60 kg.

Jeśli chodzi o potrawy garmażeryjne z ryb morskich, to będą one smaczne, jeżeli w sposobie ich przyrządzania ściśle będzie przestrzegać się wskazówek zawartych w przepisach kulinarnych.

Wyroby produkowane są z ryb świeżych, żywych, śniętych chłodzonych lub mrożonych, całych lub patroszonych. Ryby atlantyckie trafiają do zakładów zamrożone w całości albo też w filetach częściowo lub całkowicie oczyszczonych.

Świeżość ryb rozpoznaje się po stopniu prężności tkanki mięsnej. Oczy ryb świeżych są wypukłe, z lekkim połyskiem, skrzela jasnoróżowe.

Ryby chłodzone można przetrzymywać w temperaturze 0°C przez 2—3 dni.

Ryby mrożone można rozmrażać w temperaturze pokojowej 14—18°C, stopniowo przenosząc je z pomieszczeń zimnych do cieplejszych. Ryby w całych tuszkach można rozmrażać w zimnej słonej wodzie.

Wstępną obróbkę ryb mrożonych można rozpoczynać po rozmrożeniu wierzchniej tkanki. Dalsze rozmrożenie nastąpi przy obróbce wstępnej. Przy rozmrażaniu nie należy dopuścić do zagrzania się tkanki, gdyż bardzo szybko mogą nastąpić zmiany biologiczne w mięsie trujące dla organizmu.

Ryby podawane w galarecie nie mogą być długo gotowane. Po zagotowaniu należy je tylko parzyć, tzn. przetrzymywać w gorącym wywarze, aby wchłonęły smak wywaru, ale porcje nie mogą się rozgotować.

W czasie produkcji potraw rybnych należy szczególnie zwracać uwagę na odpowiednie urządzenie stanowiska pracy, na rozdzielanie prac brudnych od czystych i posługiwanie się odpowiednim sprzętem w poszczególnych etapach przerobu. Należy również zwracać uwagę, aby proces produkcyjny trwał jak najkrócej. Ryby stanowią bardzo dobrą pożywkę dla rozwoju drobnoustrojów i z tego względu muszą być zachowane odpowiednie warunki sanitarne przy produkcji potraw rybnych. Czas przetrzymywania ryb w galarecie i majonezie od zakończenia pro-

dukcji nie powinien przekroczyć 12 godzin, a 24 godziny w przypadku innych wyrobów. Inne dania garmażeryjne z ryb powinny być sukcesywnie wykańczane w miarę zapotrzebowania i przechowywane w temperaturze 4°C. Wyroby z ryby nie mogą być przetrzymywane dłużej, ani w wyższej temperaturze.

Dania garmażeryjne rybne wykańcza się przez szprycowanie galaretą lub majonezem. Wykończenie to zabezpiecza wyrób przed wyschnięciem oraz nadaje mu estetyczny wygląd.

Ryby dekoruje się jarzynami z wywaru, jajami, groszkiem zielonym, zieleniną i cytryną.

Gotowe przekąski rybne należy przetrzymywać w bufecie tylko w ladach chłodniczych.

Transport wyrobów rybnych powinien być tak zorganizowany, aby trwał nie dłużej niż pół godziny. Opakowania do transportu wyrobów z ryb powinny być dezynfekowane przed każdym kursem.

Pojemniki na półmiski powinny mieć wysuwane półki, aby można było dostosować je do wysokości transportowanych przekąsek.

CRS-br-g-1

Śledzie naturalne

1 kg śledzi nieogłowionych lub
80 dkg śledzi ogłowionych
40 dkg cebuli
10 dkg octu winnego 6-proc.
1 dkg cukru
1g ziela angielskiego

Gotowy wyrób	80 dkg
w tym cebuli	30 dkg
Porcja	80 g
w tym cebuli	30 g

Śledzie wymoczyć, umyć, oczyścić, odfiletować. Zagotować ocet z dodatkiem 0,2 l wody, włożyć cebulę pokrojoną w półkrążki, dodać ziele angielskie, zagotować, wystudzić.

Śledzie układać na półmisku, obkładać cebulą i skrapiać octem. Przygotowywać ilość nie większą niż na jeden dzień sprzedaży.

CRS-br-g-2

Śledzie w sosie musztardowym

1 kg śledzi nieogłowionych lub
80 dkg śledzi ogłowionych
10 dkg musztardy
12 dkg cebuli
10 dkg oleju

Gotowy wyrób	80 dkg
w tym sosu	30 dkg
Porcja	80 g
w tym sosu	30 g

Śledzie przygotować wg CRS-br-g-1. Cebulę drobno pokroić. Część cebuli wymieszać z musztardą, dodać olej, rozmieszać. Filety śledziowe ułożyć na półmisku, polać sosem, z wierzchu posypać resztą posiekanej cebuli. Wyrób przygotować na jeden dzień.

CRS-br-g-3

Śledzie w majonezie

1 kg nieogłowionych lub
80 dkg śledzi ogłowionych
30 dkg majonezu spożywczego lub sosu majonezowego wg A-s-III-1 str. 68
3 dkg szczypiorku

Gotowy wyrób	80 dkg
w tym sosu	30 dkg
Porcja	80 g
w tym sosu	30 g

Śledzie przygotować wg CRS-br-g-1 str. 73. Szczypiorek przebrać, opłukać i drobno pokroić. Część dodać do majonezu lub sosu majonezowego, wymieszać. Śledzie ułożyć na półmisku, polać sosem, posypać resztą szczypiorku.

CRS-br-g-4

Ślimaczki śledziowe

1 kg śledzi nieogłowionych lub
80 dkg śledzi ogłowionych
15 dkg ogórków konserwowych

Gotowy wyrób	50 dkg
w tym ogórków	10 dkg
Porcja	50 g
w tym ogórków	10 g

Wybrać 5 śledzi o wadze 20 dkg nieogłowionych lub o wadze 16 dkg ogłowionych. Wymoczyć, oczyścić, odfiletować, wyrównać podbrzusze. Ogórki równe wielkością pokroić w skośne cienkie plastry, ułożyć na filetach, zrolować, spiąć. Plastry ogórków wystające ze ślimaczków ułożonych na półmisku dają efektowną dekorację.

CRS-br-g-5

Kulki śledziowe

60 dkg śledzi nieogłowionych lub
50 dkg śledzi ogłowionych
3 jaja
10 dkg sera żółtego twardego
2 g papryki

Gotowy wyrób	50 dkg
Porcja	50 g

Śledzie wymoczone umyć, oczyścić, osączyć, odfiletować, posiekać. Jaja ugotować na twardo, wystudzić, obrać, posiekać. Ser zetrzeć na tarce. Posiekany śledź i jaja wymieszać, uformować 10 równej wielkości kulek, obtoczyć w serze, ułożyć na półmisku, posypać papryką.
Kulki ze śledzia efektownie dekorują gablotę. Wyrób przygotować do sprzedaży na jeden dzień.

* * *

Na przekąski ze śledzi można wykorzystać przepisy zamieszczone w książce pt. „Przepisy kulinarne dla zakładów gastronomicznych gminnych spółdzielni", wydanej przez Zakład Wydawnictw CRS:
— śledzie w oleju,
— śledzie w śmietanie,
— śledzie zwijane (rolmopsy),
— korki śledziowe,
— śledzie marynowane.

CRS-br-g-6

Wywar do gotowania ryb atlantyckich

10 dkg marchwi
10 dkg cebuli
10 dkg selera
5 dkg pietruszki
1 dkg soli
0,3 g goździków
0,5 g ziela angielskiego
0,5 g liści laurowych

Gotowy wywar	1 l

Jarzyny umyć, oczyścić, pokroić wzdłuż na części, zalać 1,25 l zimnej wody, zagotować, posolić. Gotować wolno. Pod koniec gotowania dodać cebulę, następnie zmiażdżone przyprawy. Gotowy wywar przecedzić. Jeżeli rybę gotuje się z jarzynami, rozdrobnić je wówczas w słupki lub krążki, w zależności od rodzaju potrawy.

CRS-br-g-7

Galareta do ryb atlantyckich

1 kg ryby (kręgosłup)
1,50 l wywaru wg CRS-br-g-6 str.
4 białka jaj
1 dkg soli
0,5 dkg cukru
2 dkg koncentratu pomidorowego
4 dkg żelatyny
2 dkg octu

Gotowa galareta	1 kg

Kości z ryb dokładnie opłukać, zalać wodą, zagotować, posolić. Dodać przeznaczone do wywaru jarzyny i gotować aż będą miękkie. Pod koniec gotowania dodać cebulę i przyprawy oraz cukier i koncentrat pomidorowy. Dalej postępować jak w przepisie A-g-III-1 str. 79.

CRS-br-g-8

Ryby w galarecie

2 kg dorady I gat. lub
2,20 kg dorady II i III gat. lub
2 kg ostroboka lub
2,10 kg tasergala lub
2 dkg octu
1,50 l wywaru wg CRS-br-g-6 jak wyżej
50 dkg galarety rybnej wg CRS-br-g-7 jak wyżej
100 g majonezu wg A-s-III-1 str. 68
5 dkg zieleniny i jarzyny z wywaru

Oczyszczonej ryby	1,15 kg
Ugotowanej ryby	1,05 kg
Gotowa potrawa	1,60 kg
w tym galarety i składników dekoracyjnych	60 dkg
Porcja	160 g
w tym ryby	100 g

Ryby dokładnie oczyścić, usunąć łuski, płetwy i skórę, odgłowić, wypatroszyć. Ryby umyć, ewentualnie wyjąć kręgosłup i podzielić na porcje (filety lub dzwonka), w zależności od szerokości ryby.

Porcje ryby wkładać do wrzącego wywaru z jarzyn z octem, zagotować, odstawić na brzeg płyty na 2 godziny.

Gotową rybę układać na półmiskach, dekorować jarzynami z wywaru i zieleniną, szprycować tężejącą galaretą i majonezem.

CRS-br-g-9

Ryby faszerowane z jarzynami

Ryba

1,50 kg	dorady I gat. lub
1,60 kg	dorady II i III gat. lub
1,80 kg	płastugi lub
2,00 kg	tasergala z głową lub
1,50 kg	ostroboka lub
1,00 kg	halibuta (ogłowionego) lub
85 dkg	filetów z karmazyna lub
1 kg	filetów z dorsza

Farsz

10 dkg	bułki pszennej
20 dkg	mleka
2	jaja
10 dkg	marchwi
10 dkg	selera
10 dkg	cebuli
10 dkg	oleju
5 dkg	masła (tylko do chudych ryb: dorsza, karmazyna, dorady)
1,5 dkg	soli
2 g	pieprzu

Wywar

4,5 dkg	cebuli
7,5 dkg	marchwi
7,5 dkg	pietruszki
10,5 dkg	selera
0,3 g	goździków
0,5 g	ziela angielskiego
0,5 g	liści laurowych
0,2 g	imbiru
0,2 g	gałki muszkatułowej

Dekoracja

50 dkg	galarety rybnej wg CRS-br-g-7 str. 75
5 dkg	majonezu wg A-s-III-1 str. 68
2 dkg	zielonej pietruszki lub liści pora

Oczyszczonej ryby	80 dkg
Półfabrykatu	1,25 kg
Ugotowanej ryby	1,05 kg
Gotowa potrawa	1,60 kg
w tym galarety i dodatków dekoracyjnych	60 dkg
Porcja	160 g
w tym ryby	100 g

Ryby sprawić, odfiletować, zdjąć skórę, dokładnie umyć, usunąć ości.

Jarzyny zetrzeć na tarce, cebulę drobno posiekać. Na rozgrzany (około 8 dkg) olej włożyć cebulę, poddusić, dodać jarzyny i dusić około 10 minut.

Bułkę namoczyć w mleku, odcisnąć. Mięso ryby, rozmoczoną bułkę i uduszone jarzyny zemleć, dodać sól, pieprz i bardzo dokładnie wyrobić. Do chudych ryb dodać do masy masło.

Na wygotowane, skropione olejem ściereczki nałożyć masę, ukształtować wałek i ciasno zawinąć. Rulony osznurować jak baleron i włożyć do wrzącego wywaru z jarzyn i przypraw. Gotować na wolnym ogniu 45—60 minut. Rybę pozostawić w wywarze do ostygnięcia. Zimną rybę wyjąć, odwinąć, wyporcjować. Porcje układać na półmisku, dekorować warzywami z wywaru, majonezem i szprycować tężejącą galaretą.

Uwaga. Przy kalkulacji potrawy należy uwzględnić dodatek masła lub nie, w zależności od gatunku ryby.

CRS-br-g-10

Klopsiki z ryb w jarzynach

95 dkg	karmazyna (filetów) lub
1,10 kg	filetów z dorsza lub
1,15 kg	halibuta ogłowionego lub
1,80 kg	dorady II i III gat. lub
1,70 kg	dorady I gat. lub
1,60 kg	płastugi lub
1,60 kg	ostroboka lub
2,20 kg	tasergala z głową lub
1,70 kg	drobnych ryb (innych)
10 dkg	bułki
20 dkg	mleka
2	jaja
10 dkg	cebuli
3 dkg	tłuszczu
1 dkg	cukru

Wywar

20 dkg	marchwi
15 dkg	selera
10 dkg	pora
5 dkg	pietruszki
0,3 g	ziela angielskiego
0,6 g	liści laurowych
0,3 g	pieprzu
4 dkg	żelatyny
4	białka jaj do klarowania
2 dkg	octu

Dekoracja

10 dkg	zielonego groszku
5 dkg	zieleniny

Oczyszczonej ryby		90 dkg
Półfabrykatu		1,20 kg
Ugotowanych klopsików		1,00 kg
10 szt.	po	100 g
lub		
20 szt.	po	50 g
Gotowa potrawa		2 kg
w tym galarety z jarzynami		1 kg
Porcja		100 g
w tym ryby		50 g

Ryby sprawić, wymyć, odjąć mięso od ości. Cebulę drobno poszatkować, udusić na tłuszczu. Bułkę namoczyć w mleku, odcisnąć. Mięso ryby, bułkę i cebulę zemleć, dodać część soli i pieprzu, jaja, cukier i dokładnie wyrobić na gładką masę.

Jarzyny umyć, obrać. Marchew, pietruszkę i por zostawić w całości, seler przekroić na 2 części. Jarzyny zalać 1,5 l zimnej wody, zagotować, dodać sól. Resztę przypraw zawinąć w gazę i włożyć do wrzącego wywaru.

Z masy kształtować okrągłe klopsiki po 6 lub 12 dkg, wkładać na wrzący wywar. Gotować 30—40 minut.

Gotowe klopsiki wyjąć z wywaru. Wywar przecedzić i częścią zalać klopsiki. Pozostały wywar sklarować dodając białka. Jarzyny pokroić w cienkie słupki.

Klopsiki zastudzać porcjowo lub w głębokich półmiskach czy salaterkach. Klopsiki okładać jarzynami, groszkiem zielonym, usiekaną zieleniną i zalewać tężejącą galaretą.

CRS-br-g-11

Sałatka z ryby z groszkiem zielonym

60 dkg	ryby ugotowanej wg CRS-br-g-8 str. 75
15 dkg	majonezu wg A-s-III-1 str. 68
20 dkg	galarety rybnej wg CRS-br-g-7 str. 75
2 dkg	zieleniny
10 dkg	zielonego groszku
1	jajo
5 g	soli
0,1 g	pieprzu

Gotowa potrawa	1,00 kg
w tym ryby	50 dkg
Porcja	100 g
w tym ryby	50 g

Ugotowaną rybę pokroić w paski usuwając ości, wymieszać z częścią majonezu i zielonego groszku, dodać sól i pieprz.
Sałatkę formować na półmisku w okrągłe porcje lub układać w naczynia porcjowe.
Dekorować jajem i groszkiem zielonym oraz talarkami marchwi z wywaru. Szprycować galaretą i resztą majonezu. Przybrać zieleniną.

* * *

Oprócz podanych w niniejszym zbiorze, przepisy na potrawy garmażeryjne rybne znajdują się w wydawnictwie pt. „Przepisy kulinarne dla zakładów gastronomicznych gminnych spółdzielni". Z wydawnictwa tego można zastosować w barach następujące przepisy:

— galantyna z ryby,
— dorsz po grecku,
— galareta z karpia,
— karp po grecku,
— galareta ze szczupaka,
— szczupak w galarecie,
— galantyna ze szczupaka,
— szczupak faszerowany,
— sandacz w galarecie.

2. PRZEKĄSKI MIĘSNE

Przekąski mięsne są bardzo atrakcyjnymi potrawami. Mogą być stosowane z pieczywem w posiłkach śniadaniowych i kolacyjnych oraz jako przystawki do gorących dań bezmięsnych barowych.

Mięsa na wyroby gramażeryjne muszą być odpowiednio dojrzałe, nietłuste. Elementy mięsne powinny być zwarte, słabo przerośnięte, aby łatwo je było porcjować po obróbce termicznej.

Mięso pieczone i gotowane można transportować do barów w całości, a porcjować i wykańczać na miejscu. Przekąski mięsne powinny być zabezpieczone przed wysychaniem przez oblanie ich galaretą lub majonezem.

Do dekoracji przekąsek mięsnych stosuje się owoce z octu, grzybki z octu, zieleninę, pomidory, ogórki.

Porcje podaje się z chrzanem, musztardą, sosem chrzanowym, majonezowym, tatarskim. Z uwagi na to, że nadziewane wyroby garmażeryjne mięsne łatwo ulegają psuciu muszą być przewożone i przechowywane w niskiej temperaturze, w idealnie czystych warunkach. Jeżeli w zakładzie nie ma urządzeń chłodniczych, nie wolno przetrzymywać w nich wyrobów garmażeryjnych mięsnych dłużej niż 6 do 12 godzin, w zależności od temperatury otoczenia.

A-g-III-1

Galareta mięsna z żelatyną

1	kg	kości (kruchych)
6	dkg	cebuli
10	dkg	marchwi
10	dkg	pietruszki
14	dkg	selera
0,5	g	liści laurowych
1	g	ziela angielskiego
1,5	dkg	soli
2	dkg	octu
4		białka jaj
4	dkg	żelatyny
2,5	l	wody

Galareta gotowa	1 kg

Jarzyny oczyścić, opłukać i pokrajać. Kości opłukać, porąbać i ugotować z jarzynami i cebulą zrumienioną na płycie. Przy końcu gotowania dodać zmiażdżone przyprawy. Wywar wygotować do 1,25 l. Żelatynę w płatkach opłukać, zalać zimną wodą, gdy zmięknie osączyć, dodać białka i ocet.

Wlewać strumieniem wrzący wywar do żelatyny mieszając, przykryć, zagotować powoli i trzymać na płycie tak długo, aż się sklaruje. Wtedy przesączyć przez zwilżony płatek gęstego płótna, odstawić, zastudzić.

Jeżeli używamy żelatynę w proszku, rozpuścić ją w ciepłej wodzie mieszając, połączyć z białkami i dalej postąpić tak, jak z żelatyną w płatkach.

CRS-br-g-12

Cielęcina w galarecie

75	dkg	cielęciny z udźca bez kości lub
80	dkg	cielęciny z łopatki bez kości
2	dkg	soli
5	g	czosnku (ew.)

Galareta

1,5	l	wody
10	dkg	marchwi
10	dkg	pietruszki
10	dkg	pora
0,5	g	ziela angielskiego
0,5	g	liści laurowych
4	dkg	żelatyny
4		białka jaj
2	dkg	octu

Dekoracja

5	dkg	groszku zielonego
5	dkg	zieleniny
5	dkg	owoców lub grzybków z octu lub owoców z konserwy
5	dkg	majonezu

Ugotowanej cielęciny	53 dkg
Gotowa potrawa	1,00 kg
w tym mięsa	50 dkg
Porcja	100 g
w tym mięsa	50 g

Potrawę przyrządzać tylko z dojrzałego mięsa.

Mięso umyć, ukształtować z niego płaski prostokąt. Mięso pobić tłuczkiem, posolić i ewentualnie natrzeć czosnkiem, zwinąć ciasno i osznurować. Włożyć na wrzący wywar z jarzyn i przypraw. Gotować 10 minut na silnym ogniu, następnie dogotować na brzegu płyty około godzinę. Wywar przecedzić, sklarować białkami, dodać żelatynę, przygotować galaretę wg A-g-III-1 jak wyżej. Wystudzone dobrze mięso kroić w plastry, układać na półmisku, dekorować i zalewać tężejącą galaretą. Podawać z sosem chrzanowym, majonezowym, cumberland, konfiturą z żurawin lub borówek.

CRS-br-g-13

Cielęcina nadziewana

95 dkg cielęciny bez kości (łopatka lub frykando)
1 dkg soli
5 dkg tłuszczu
3 dkg mąki

Nadzienie

10 dkg bułki (miękiszu)
20 dkg mleka
5 dkg bułki tartej
3 dkg zielonej pietruszki lub kopru
5 dkg masła
3 jaja
0,5 g gałki muszkatułowej
0,5 g pieprzu

Elementu formowanego	90 dkg
Nadzienia	40 dkg
Półfabrykatu	1,30 kg
Gotowa potrawa	1,10 kg
Porcja	50 lub 100 g
w zależności od grubości rulonu	

Mięso umyć, rozbić tłuczkiem i uformować cienki prostokąt.
Bułkę namoczyć w mleku, lekko odcisnąć, zemleć. Masło utrzeć z żółtkami na puszystą masę, dodać bułkę namoczoną, bułkę tartą, sól, przyprawy, drobno usiekaną zieleninę. Dobrze wymieszać. Dodać pianę z białek.
Nadzieniem smarować płat mięsa, zwinąć ciasno w rulon, osznurować. Natrzeć z wierzchu solą, oprószyć mąką, osmażyć na gorącym tłuszczu i upiec w piekarniku. Wystudzone mięso porcjować w plastry, dekorować zieleniną. Podawać z borówkami, sosem cumberland, owocami z octu.

CRS-br-g-14

Schab w galarecie

1,10 kg schabu
2 dkg soli
5 g czosnku
1,5 l wody
10 dkg marchwi
10 dkg pietruszki
10 dkg pora
0,6 g liści laurowych
0,3 g ziela angielskiego
0,3 g pieprzu
55 dkg galarety mięsnej wg A-g-III-1 str. 79
5 dkg zieleniny
5 dkg owoców lub grzybków z octu
5 dkg majonezu

Uformowanego schabu bez kości	65 dkg
Ugotowanego schabu	53 dkg
Gotowa potrawa	1,00 kg
w tym mięsa	50 dkg
Porcja	100 g
w tym mięsa	50 g

Zwroty poprodukcyjne

Kości	25 dkg
Tłuszczu	8 dkg
Okrawków	10 dkg
Wywaru	1 l

Na tę potrawę przeznaczać tylko schab środkowy, średniej wielkości.
Mięso umyć, wyluzować z kości, zdjąć nadmiar tłuszczu, wygładzić ostrym nożem brzegi mięśnia, natrzeć solą i czosnkiem, na 0,5 godziny przed gotowaniem.
Jarzyny umyć, obrać, pokroić w części, zalać zimną wodą, zagotować. Do wrzącego wywaru dodać sól i przyprawy. Włożyć schab i gotować go w wywarze przez około 10 minut na silnym ogniu. Następnie dogotować na brzegu płyty przetrzymując go około 50 minut i pozostawić w wywarze do ostygnięcia. Mięso porcjować tnąc w płaty, układać na półmiski, dekorować, szprycować tężejącą galaretą mięsną.
Podawać z sosem tatarskim, chrzanem, musztardą.

CRS-br-g-15

Rolada wieprzowa

1,50 kg wieprzowiny z kością z łopatki (w tym okrawki do nadzienia)
2 dkg soli
5 g czosnku (ew.)

Nadzienie

1 jajo
5 dkg cebuli
3 dkg tłuszczu
10 dkg bułki
1 g pieprzu

Wywar

1,5 l wody
10 dkg marchwi
10 dkg pietruszki
10 dkg pora
6 g liści laurowych
6 g ziela angielskiego

Elementu formowanego	1 00 dkg
Mięsa na nadzienie (okrawków)	25 dkg
Nadzienia	40 dkg
Półfabrykatu	1,30 kg
Gotowa potrawa	1,10 kg
Porcja	100 g

Zwroty poprodukcyjne

Kości	ok. 15 dkg
Tłuszczu	ok. 5 dkg

Mięso umyć, wyciąć kości, uformować prostokąt, posolić i ewentualnie natrzeć czosnkiem. Okrawki mięsa zemleć, dodać bułkę tartą, jajo, sól, pieprz i dokładnie wyrobić. Masę nałożyć równą warstwą na prostokąt mięsa, zwinąć ciasno, osznurować.

Gotować we wrzącym wywarze najpierw na silnym, następnie na słabym ogniu w temperaturze około 85°C przez około 1,5 godziny, Miękkie mięso ostudzić w wywarze.

Roladę wyjąć, przycisnąć deską i pozostawić do zastygnięcia. Roladę kroić w plastry, dekorować ogórkiem kiszonym, zieleniną. Podawać z ostrymi sosami zimnymi oraz chrzanem lub musztardą.

CRS-br-g-16

Rolada nadziewana jajami

40 dkg wieprzowiny bez kości (okrawków)
40 dkg wołowiny bez kości (okrawków)
lub
85 dkg cielęciny bez kości (okrawków)
15 dkg bułki
5 dkg cebuli
3 jaja
1,5 dkg soli
1 g pieprzu
4 dkg tłuszczu mieszanego
3 dkg bułki tartej

Masa mielona	1,20 kg
Gotowa potrawa	1,05 kg
Porcja	100 g

2 jaja ugotować na twardo, obrać ze skorupki, przekroić wzdłuż na połówki.

Bułkę namoczyć w wodzie, odcisnąć. Cebulę posiekać i usmażyć na tłuszczu na złoty kolor. Mięso umyć, zemleć wraz z odciśniętą bułką i przestudzoną cebulą. Dodać sól, pieprz, 1 surowe jajo i masę dokładnie wyrobić. Z masy ukształtować prostokąt, ułożyć przez jego środek wzdłuż połówki jaj, zwinąć mięso w wałek. Wąską brytfannę nasmarować tłuszczem, wysypać bułką tartą i ułożyć mięso, brytfannę przykryć mokrym papierem pergaminowym, wstawić do piekarnika na okres 1 godziny.

Ostudzone mięso porcjować w plastry. Podawać z chrzanem, sosem tatarskim, ogórkiem kwaszonym lub konserwowym.

CRS-br-g-17

Rostbef w galarecie

90 dkg rostbefu z kością
(zaprawa z jarzyn do mięsa na 1 kg)
1 dkg soli
1 g pieprzu
3 dkg tłuszczu
5 dkg groszku zielonego
5 dkg owoców lub grzybów z octu
5 dkg zieleniny
50 dkg galarety mięsnej wg A-g-III-1 str. 79

Uformowanego rostbefu	65 dkg
Mięsa po zaprawie	67 dkg
Upieczonego rostbefu	53 dkg
Gotowa potrawa	1,00 kg
w tym mięsa	50 g
Porcja	100 g
w tym mięsa	50g

Zwroty poprodukcyjne
Kości 20 dkg
Okrawków 5 dkg

Mięso umyć, wyluzować z kości, ukształtować, natrzeć jarzynami, ułożyć ciasno w kamiennym garnku i przetrzymać 24 godziny przed pieczeniem.
Mięso oczyścić z zaprawy, natrzeć solą i pieprzem, obsmażyć na mocno rozgrzanym tłuszczu, przełożyć na wąską brytfannę, obsypać jarzynami z zaprawy i upiec w piekarniku skrapiając mięso wodą. Miękkie mięso wyjąć, ostudzić, wyporcjować.
Sos zużyć do pieczeni wołowej. Porcje mięsa udekorować, szprycować tężejącą galaretą.
Podawać z chrzanem, sosem cumberland, sosem tatarskim.

* * *

Oprócz podanych wyżej przepisów można stosować również przepisy na potrawy zimne mięsne z „Przepisów kulinarnych dla zakładów gastronomicznych gminnych spółdzielni", jak np.:
— galareta z nóżek wieprzowych,
— galareta z nóżek cielęcych i wieprzowych,
— kiełbasa biała z cebulą,
— schab i cielęcina na zimno,
— pasztet z mięsa mieszanego.

3. PRZEKĄSKI Z DROBIU

Przekąski z drobiu są bardzo chętnie spożywane przez konsumentów przez cały rok. Drób występuje w sprzedaży bez ograniczeń, w okresie wychowu żywy, w innych okresach mrożony, i nie powinny występować trudności w zaopatrzeniu zakładu.
Pierze drobiu i jelita należą do odpadków brudnych, zakażonych drobnoustrojami chorobotwórczymi. Z tych względów obróbka wstępna drobiu powinna być przeprowadzona w przygotowalni wyposażonej do obróbki brudnej, w miejscu do tego celu przeznaczonym. Odpadki powinny być natychmiast usunięte z zakładu.

Mięso tuszki przed przerobem powinno być przetrzymane w chłodnym pomieszczeniu w celu skruszenia. Tuszki do skruszenia nie wolno myć, ani moczyć, gdyż zawilgocenie sprzyja rozwojowi drobnoustrojów. Dojrzewanie trwa od 12 godzin do 3 dni w zależności od rodzaju drobiu.

Na terenie wiejskim zakłady gastronomiczne mają duże możliwości zaopatrzenia się w drób żywy. Dlatego w okresie sezonu wychowu drobiu asortyment potraw z drobiu powinien być rozszerzony w zakładzie.

Z uboju drobiu należy sporządzać protokół przed- i poubojowy. Cena 1 kg drobiu bitego patroszonego i wychłodzonego nie może przekraczać ceny detalicznej drobiu obowiązującej w danym województwie.

Średnia wydajność poubojowa drobiu żywego wynosi:

	Kur	Kurcząt	Indyków	Kaczek	Gęsi
Tuszka pełna	61,5%	59,5%	65,5%	63%	61,5%
Podroby	11,0%	8,0%	8,5%	8,0%	13,0%
Ubytki	27,5%	32,5%	25,5%	29%	25,5%

Na przekąski barowe z drobiu nadają się następujące potrawy, których przepisy znajdują się w książce pt. „Przepisy kulinarne dla zakładów gastronomicznych gminnych spółdzielni”:

— kurczęta pieczone naturalne,
— kurczęta po polsku,
— galareta z kury,
— kura pieczona,
— indyk pieczony,
— gęś pieczona,
— kaczka pieczona.

4. PRZEKĄSKI Z DZICZYZNY

Mięso z dziczyzny dojrzewa w czasie przetrzymywania zwierzyny w skórze, bez rozbierania jej na elementy. Okres dojrzewania dziczyzny jest dłuższy niż mięsa zwierząt domowych i trwa od 5 dni do 3 tygodni.

Mięso dziczyzny szybko tężeje po uboju i z tego powodu zawiera małe ilości kwasu mlekowego niezbędnego do przemian fizykochemicznych zachodzących w okresie dojrzewania. Dziczyzna zawiera również duże ilości tkanki włóknistej, której dojrzewanie wymaga dłuższego czasu.

Skórę z zająca lub królika nacina się na tylnych nogach, około odbytnicy i narządów rozrodczych, ściągając ją w kierunku głowy. Przy ściąganiu, skórę odwraca się włosiem do środka,

aby nie zakazić mięsa drobnoustrojami znajdującymi się na futrze i skórze. Po wypatroszeniu tuszki i wymyciu mięsa, przodki zajęcze przeznacza się na pasztet, przodki królicze na galaretę lub pasztet.

Pasztety mogą być gotowane lub pieczone. Przy pieczeniu pasztetów powinno się zabezpieczać ich wierzch przed zbytnim zrumienieniem, nakrywając brytfannę zmoczonym pergaminem.

CRS-Kr-g-1

Galareta porcjowa z królika

75 dkg przodu króliczego
20 dkg włoszczyzny wg A-Z-1 str. 66
1,25 l wody
0,5 g liści laurowych
0,1 g ziela angielskiego
2 dkg soli
4 dkg żelatyny
5 dkg groszku zielonego konserwowego
1 jajo
2 dkg koncentratu pomidorowego
5 g czosnku
5 g cukru

Mięsa bez kości	38 dkg
Gotowej galarety	1,00 kg
Porcja	100 g
w tym mięsa	35 g
jarzyn	15 g
galarety	50 g

Dokładnie umyte przody królicze włożyć do zimnej wody i zagotować, dodać sól i zmiażdżone przyprawy; gotować pod przykryciem na wolnym ogniu około 2,5 godziny. Do półmiękkiego mięsa dodać obraną i umytą włoszczyznę i ugotować razem do miękkości.

Miękkie mięso obrać od kości. Jarzyny i mięso wyjąć z wywaru, ostudzić, pokroić w kostkę.

Wywar przecedzić, dodać do niego koncentrat pomidorowy, czosnek roztarty z solą, cukier i zagotować. Żelatynę namoczyć w wodzie, gdy napęcznieje rozpuścić w gorącej wodzie i połączyć z wywarem. Do porcjowych foremek nakładać dekorację: plasterek jaja ugotowanego na twardo, groszek zielony, marchewkę. Zalać wywarem. Gdy stężeje, nałożyć mięso i jarzyny i zalać tężejącą galaretą.

Podawać z sosem tatarskim lub musztardowym.

* * *

Ponadto z książki pt. „Przepisy kulinarne dla zakładów gastronomicznych gminnych spółdzielni” można zastosować przepis na pasztet z zająca.

5. PRZEKĄSKI Z JAJ

Jaja są produktem nietrwałym, gdyż woda w nich zawarta i ciała białkowe stanowią dobrą pożywkę dla bakterii, a enzymy własne jaja przyspieszają zmiany składu chemicznego. Białko jaja zachowuje własności bakteriobójcze w okresie około 10

dni, w normalnych warunkach otoczenia przy 14 do 18°C.

Jajo świeże ma przyjemny zapach, spoiste, ciągliwe i lepkie białko oraz żółtko zwarte, wypukłe i nie rozlewające się po wybiciu na spodek.

Jaja do produkcji należy badać przez prześwietlanie w owoskopie, jeżeli przeznaczone jest tylko do gotowania w skorupie. Jaja wybijane, należy badać każde oddzielnie, nad talerzem.

Jaja są surowcem brudnym, często zakażone są drobnoustrojami chorobotwórczymi. Z tych względów pierwszą czynnością, po pobraniu jaj z magazynu, musi być dokładne wymycie skorup w roztworze ciepłej wody z mydłem. Dopiero po umyciu i opłukaniu, mogą być przeniesione do miejsca produkcji czystej.

Sezonem dla jaj jest okres od wiosny do wczesnej jesieni. W tym okresie, gdy świeżość ich nie budzi zastrzeżeń, należy stosować szerszy asortyment przekąsek i przystawek z jaj w zakładzie.

Jaja w śmietanie lub w sosach są przekąskami łatwymi do sporządzenia i mogą być wykonywane bezpośrednio w barze, jeżeli znajduje się tu czysto utrzymane pomieszczenie do wyrobu i drobny, niezbędny sprzęt.

Przekąski z jaj innego rodzaju mogą być dostarczane do barów tylko wtedy, jeżeli opakowanie i rodzaj transportu będą odpowiadały warunkom podanym w przepisach sanitarnych do przewozu sałatek mieszanych. Wszystkie rodzaje przekąsek z jaj mogą być wykonywane do sprzedaży tylko na przeciąg jednego dnia.

CRS-br-g-18

Jaja w śmietanie ze szczypiorkiem

5		jaj
25	dkg	śmietany
8	dkg	szczypiorku
1	dkg	soli
1	g	pieprzu

Gotowy wyrób	50 dkg
Porcja	50 g

Jaja umyć, ugotować na twardo, wystudzić w zimnej wodzie, obrać, przeciąć wzdłuż na połowę, ułożyć na półmisku.

Szczypiorek przebrać, opłukać, osączyć, drobno pokroić. Śmietanę gęstą wymieszać z solą, oblać porcje jaj, posypać szczypiorkiem i pieprzem.

CRS-br-g-19

Jaja w śmietanie z musztardą lub papryką

5 jaj
25 dkg śmietany i
5 dkg musztardy
lub
30 dkg śmietany i
3 g papryki
1 dkg soli
1 g pieprzu

Gotowy wyrób	50 dkg
Porcja	50 g

Przygotować jaja i śmietanę wg CRS-br-g-18 (patrz wyżej). Jaja obrać, przeciąć poprzecznie na połówki, ściąć czubki, ustawić żółtkami w górę, oblać śmietaną. Porcje udekorować musztardą lub papryką, posypać pieprzem.

* * *

Przepisy na inne przekąski z jaj można wybrać z książki pt. „Przepisy kulinarne dla zakładów gastronomicznych gminnych spółdzielni" np.:

— jaja w sosach,
— jaja garnirowane w szynce,
— jaja garnirowane ze śledziem,
— jaja garnirowane na sałatce włoskiej.

6. KORKI I KANAPKI

Przepisy na koreczki i kanapki opracowano w celu spopularyzowania tanich przekąsek z artykułów spożywczych. Ten rodzaj przekąsek jest łatwy do wykonania w bufecie. Koreczki i kanapki mogą być przygotowywane sukcesywnie, zawsze świeże, po parę porcji, według potrzeb, dla urozmaicenia przekąsek.

Gablota bufetu w zakładzie gastronomicznym powinna reklamować przekąski w porcjach, apetyczne, świeże i zdrowe.

W żadnym przypadku nie powinno być w gablocie jaj w skorupach, serów i kiełbas nieporcjowanych oraz konserw w puszkach.

CRS-br-g-20

Korki z sera z papryką

20 dkg sera żółtego
5 dkg masła
6 dkg papryki konserwowej

Porcja	30 g

Z sera wyciąć równej wielkości kwadraty, prostokąty lub trójkąty, podzielić na porcje, przełożyć masłem, ułożyć jeden na drugim. Z papryki powycinać dekoracje, położyć na wierzch koreczków, spiąć wykałaczką.

CRS-br-g-21

Korki z sera z ogórkiem

20 dkg sera żółtego
15 dkg ogórków surowych
1 g papryki mielonej

Porcja	30 g

Z sera wycisnąć równej wielkości kwadraty lub prostokąty. Ogórki obrać, pokroić w grube plastry. Porcje składać, spiąć i posypać papryką.

CRS-br-g-22

Korki z kiełbasy i ogórka

20 dkg kiełbasy
10 dkg ogórka konserwowego
1 dkg musztardy
1 g papryki mielonej

Porcja	30 g

Umytą kiełbasę i ogórki o średnicy około 3 do 5 cm pokroić w plastry na porcje, ułożyć jeden na drugim przekładając kiełbasą, musztardą i ogórkiem. Korki z wierzchu posypać papryką, spiąć wykałaczką.

CRS-br-g-23

Korki z kiełbasy serdelowej

20 dkg kiełbasy serdelowej
5 dkg sera żółtego
7 dkg papryki konserwowej

Porcja	30 g

Kiełbasę umyć z wierzchu. Produkty pokroić na porcje, nałożyć ser na stożek kiełbasy, przybrać papryką, spiąć.

CRS-br-g-24

Kanapki ze szprotami

35 dkg chleba ciemnego
15 dkg szprot w oleju
5 dkg ogórków konserwowych lub pomidorów świeżych
1 dkg zielonej pietruszki

Gotowa kanapka	50 g

Chleb z formy pokroić w prostokątne kromki. Szproty ułożyć kawałkami, dekoracyjnie, na przemian z pokrojonym w paski ogórkiem lub pomidorem w cząstkach. Kanapki przybrać listkami zielonej pietruszki.

CRS-br-g-25

Kanapki z kiszką pasztetową lub podgardlaną

25 dkg chleba barowego
22 dkg kiszki
7 dkg papryki konserwowej
1 dkg zielonej pietruszki

Gotowa kanapka	50 g

Chleb pociąć ostrym nożem na porcje, posmarować kiszką, przybrać papryką i zieloną pietruszką.

CRS-br-g-26

Kanapki z serem topionym

32 dkg chleba barowego
15 dkg sera topionego
5 dkg ogórków konserwowych
2 g papryki mielonej

Gotowa kanapka	50 g

Kanapki smarować serem topionym, przybrać ogórkiem i papryką.

Poza podanymi przepisami można stosować kanapki podane w przepisach pt. „Przepisy kulinarne dla zakładów gastronomicznych gminnych spółdzielni", a mianowicie:

— kanapki popularne,
— kanapki dekoracyjne,
— pasty do smarowania kanapek.

7. SAŁATKI GARMAŻERYJNE

Sałatki garmażeryjne mogą być podawane jako przystawki lub dania osobne, śniadaniowe i kolacyjne, z pieczywem.

Sałatki z ryby wędzonej oraz mięsa, złożone są ze składników łatwych do przygotowania. W barach, w których są pomieszczenia garmażeryjne, sałatki mogą być wykonane na miejscu z półfabrykatów dostarczonych z zakładów kooperujących. Sałatki nie mogą być sporządzane w większych ilościach niż na jeden dzień do sprzedaży.

CRS-br-g-27

Sałatka z ryby wędzonej

60 dkg ryby wędzonej (chudej)
70 dkg ziemniaków
5 dkg fasoli białej (drobnej)
15 dkg ogórków kwaszonych
5 dkg cebuli cukrowej
8 dkg oleju
1 dkg soli
1 g pieprzu
1 dkg zielonej pietruszki lub selera

Gotowy wyrób	1,00 kg
Porcja	
duża	150 g
mała	100 g

Fasolę przebrać, umyć, włożyć do wrzącej wody, ugotować. Ziemniaki na sałatkę powinny być łojowate, aby się nie rozgotowały.

Ziemniaki ugotować w łupinach, obrać, pokroić w paski. Ogórki posiekać, odcisnąć z soku, cebulę obrać i pokroić w drobną kosteczkę. Z ryby wybrać mięso, pokroić w kostkę. Składniki sałatki wymieszać lekko z dodatkami i przyprawami, wyporcjować do salaterek.

Porcje przybrać zieleniną.

Inne rodzaje sałatek można wybrać z książki pt. „Przepisy kulinarne dla zakładów gastronomicznych gminnych spółdzielni", np.

— sałatka jarzynowa z majonezem,
— sałatka włoska,
— sałatka mięsna,
— sałatka śledziowa,
— sałatka rybna.

SKOROWIDZ ALFABETYCZNY

Ponadto mogą znaleźć zastosowanie jako dania barowe następujące potrawy, których przepisy znajdują się w książce pt. „Przepisy kulinarne dla zakładów gastronomicznych gminnych spółdzielni" wydanej przez Zakład Wydawnictw CRS „Samopomoc Chłopska" w 1963 r.

ERRATA

do pracy pt. *„Przepisy na potrawy barowe dla spółdzielczych zakładów gastronomicznych”*

Strona	Nr przepisu lub wiersz	Jest	Powinno być
11	CRS-br-bm-5	zagotować w 0,9 l	zagotować 0,9 l
12	wiersz 18 od góry	1965 r.	1963 r.
12	wiersz 19 od góry	Zakładów gastronomicznych	zakładów gastronomicznych
13	CRS-br-zm-3	3 dkg sali	3 dkg soli
15	CRS-br-zm-6	20 dkg koncentratu pomidorowego	10 dkg koncentratu pomidorowego
17	CRS-br-pm-3	60 dkg selera	30 dkg selera
19	wiersz 7 od góry	brytwannach	brytfannach
27	wiersz 4 od góry	dodatków	dodatki
29	wiersz 22 od góry	w grzejnikach	o grzejnikach
30	CRS-br-z-2	30 dkg koncentratu pomidorowego	20 dkg koncentratu pomidorowego
32	CRS-br-z-8	Pocja	Porcja
36	CRS-br-m-6	5 dkg papryki	5 g papryki
39	CRS-br-m-11	40 dkg wywaru	1,5 l wywaru
39	CRS-br-m-12	(10 sztuk) 1,00 kg	Gotowa potrawa (10 sztuk) 1,00 kg
39	CRS-br-m-12	—	Porcja 100 g
40	CRS-br-m-13	a)	—
41	CRS-br-m-16	Porcja 1 g	Porcja 180 g
44	CRS-br-m-22	1,60 kg wieprzowiny z/k (łopatka)	1,60 kg wieprzowiny z/k (łopatka) lub
52	A-c-VI-2	sól	2 dkg soli
54	CRS-br-w-1	podawać cebulę	polewać cebulę
54	CRS-br-w-2	Surówka z cebuli z olejem	Surówka z kapusty białej zabarwiona
58	A-w-III-21	Porcja dodatku duża 2,00 g mała 1,00 g	Porcja dodatku duża 200 g mała 100 g
62	A-w-III-50	50 dkg grochu mielonego	50 dkg grochu omielonego
75	CRS-br-g-7	1,50 l wywaru wg CRS-br-g-6 str.	1,50 l wywaru wg CRS-br-g-6 str. 75
75	CRS-br-g-8	2,10 kg tasergala lub	2,10 kg tasergala
76	CRS-br-g-9	1,00 kg halibuta	1,10 kg halibuta
81	CRS-br-g-15	elementu formowanego 1,00 dkg	elementu formowanego 1,00 kg

Cena zł 14.–

